

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное учреждение высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина

Выпускающая кафедра педагогики

Юдина Екатерина Валерьевна
ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

Применение комплекса специальных упражнений как метод развития
координационных способностей обучающихся младшего школьного возраста

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы Физическая культура

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Зав. кафедрой д.п.н., профессор Адольф В.А.

_____ (дата, подпись)

Руководитель ст. преподаватель Адольф В.А.

Руководитель д.п.н., профессор Адольф В.А.

_____ (дата, подпись)

Дата защиты _____

Обучающийся: Юдина Е.В..

_____ (дата, подпись)

Оценка _____

(прописью)

Красноярск
2020

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
1 Теоретические основы развития координационных способностей детей младшего школьного возраста	6
1.1 Анатомо-физиологическая характеристика детей младшего школьного возраста.....	6
1.2 Психолого-педагогическая характеристика детей младшего школьного возраста.....	19
1.3 Особенности методики физического воспитания детей младшего школьного возраста.....	28
1.4 Координационные способности и методические основы их воспитания у младших школьников.....	33
2 Методы организации исследования.....	46
2.1 Методы исследования.....	46
2.2 Организация исследования.....	51
Глава 3 Результаты исследования и их обсуждение.....	52
3.1 Экспериментальный комплекс развития координационных способностей.....	52
3.2 Результаты педагогического исследования.....	56
Заключение.....	61
Практические рекомендации.....	62
Список использованных источников.....	63

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность: В настоящее время одной из основных задач физического воспитания детей младшего школьного возраста является обеспечение всесторонней физической подготовленности каждого ребенка, приобретением запаса прочных знаний, умений и двигательных навыков, необходимых человеку на протяжении всей его жизни для труда и активного отдыха [29].

Двигательную сферу школьника образуют физические качества, арсенал двигательных умений и навыков, которыми он владеет.

Развитие физических качеств, способствует целенаправленному воздействию на комплекс естественных свойств организма детей, оказывает значительное воздействие на совершенствование регуляторных функций нервной системы, способствует преодолению или ослаблению недостатков физического развития, моторики, повышению общего уровня работоспособности, укрепления здоровья.

Координационные способности имеют важное значение в обогащении двигательного опыта учащихся. Чем большим объемом двигательных навыков владеет учащийся, тем выше уровень его ловкости, тем быстрее он сможет овладеть новыми движениями. Показателями ловкости является координационная сложность движений, точность и время их выполнения, которые главным образом связаны с ориентировкой в пространстве и тонкой моторикой.

Н.А. Бернштейн писал: «Координация движений есть нечто иное, как преодоление избыточных степеней свободы наших органов движений, то есть превращение их в управляемые системы»[4].

«Координационные способности можно определить как совокупность свойств человека, проявляющихся в процессе решения двигательных задач разной координационной сложности и обуславливающих успешность управления двигательными действиями и их регуляции» [37].

Развитию координационных способностей младших школьников должно

уделяться значительное внимание в процессе физического воспитания.

Уровень развития координационных способностей в значительной степени зависит от проявления свойств нервной системы, и особенно сенсорных систем человека [41].

Физическое воспитание детей не должно сводиться к мускульной деятельности, как это традиционно культивировалось в практике общеобразовательных школ. Двигательная активность в физическом воспитании является основой для других видов учебно-воспитательной работы. Многого можно постичь в движении, в двигательной игровой деятельности. Применение игровых средств позволяет учащимся постичь «школу эмоций», смоделировать ряд межличностных отношений, способствует существенному повышению эмоционального фона занятий.[22]

Объект исследования – процесс развития координационных способностей детей 7-9 лет.

Предмет исследования – средства и методы развития координационных способностей детей 7-9 лет.

Цель исследования – повысить уровень координационных способностей детей 7-9 лет.

Гипотеза исследования: предполагалось, что предложенные средства и методы позволят повысить уровень развития координационных способностей детей младшего школьного возраста.

Задачи исследования:

1. Проанализировать научно-методическую литературу, связанную с развитием координационных способностей детей 7-9 лет.
2. Составить комплекс средств и методов, направленных на развитие координационных способностей детей 7-9 лет.
3. Проверить эффективность предложенного комплекса.

Методы исследования:

1. Анализ научно-методической литературы.

2. Педагогическое тестирование.
3. Педагогический эксперимент.
4. Методы математической статистики.

способностей детей 7-9 лет

1.1 Анатомо-физиологическая характеристика детей 7-9 лет

Один из краеугольных камней осуществляемой в стране, реформы школы повышения эффективности воспитания и обучения на основе учета возрастных особенностей организма школьника. Правильное решение вопросов организации и методики проведения занятий, выбора средств, нормирования физических нагрузок, оптимального соотношения умственной и физической деятельности возможно при условии строгого учета возрастных и индивидуальных психофизиологических особенностей характерных для определенных этапов развития детей [13].

Методика развития детей должна соответствовать морфофункциональным и психическим особенностям их организма. Известно, что для детей младшего школьного возраста, наиболее обременительным элементом школьного режима является длительное сидение за партой, что способствует хронической перегрузке позвоночника. Поэтому позвоночник должен быть предметом особых забот при подборе упражнений во время физкультминуток [5]

У 6-ти летних детей наблюдается бурный рост тело в длину. Ребенок теряет избыточную округлость, у него интенсивно растет скелет и мускулатура, усиливается процент окостенения, начинается формирования и окостенения грудной клетки и позвоночника. Быстрый скачкообразный рост приводит к несоответствию структуры и функции органов и систем.

Что делает организм 6-ти летнего ребенка чрезвычайно податливым к воздействию неблагоприятных факторов внешней среды, в том числе к ограничению двигательной активности, статическим нагрузкам, психическому напряжению.

Поэтому школьный режим шестилеток должен включать разнообразные формы и средства физического воспитания, обеспечивающие высокий уровень двигательной активности [3].

Установлено, что в возрасте 6-7 лет значительно увеличиваются по

сравнению с детьми 4-5 лет резервные возможности сердечно - сосудистой и дыхательной системы, позволяющие выполнять продолжительное время отработанную работу умеренной интенсивности [46].

Сердечно сосудистая система 6-летнего ребенка способна удовлетворить потребность организма при выполнении нагрузок на выносливость мощностью 60-70 процентов, от максимальной. Многими авторами показана возможность развития выносливости у 6 - 7 летних детей с помощью широкого включения в уроки физической культуры и физкультурно-оздоровительного занятия циклически повторяющихся комплектов физических упражнений, равномерного бега, ходьбы на лыжах, езды на велосипеде и других упражнений циклического характера. Высокая эффективность педагогического воздействия объясняется тем, что в 6-7 лет наблюдается естественный бурный прирост выносливости и как следствие повышенной чувствительности к воздействию физических нагрузок, направленных на ее развития [8].

Стимулировать развития выносливости необходимо, так как оно тесно связано с работоспособностью ребенка и определяет его готовность к обучению в школе, способствует успешному преодолению учебных нагрузок, лучшему усвоению знаний по общеобразовательным предметам, значительно повышает его физическую работоспособность и положительно сказывается на развитии скоростно- силовых качеств [2].

Такие нагрузки, как, например, бег, умеренной интенсивности (40-60% от максимальной скорости), способствуют повышению функциональных возможностей организма, снижению заболеваемости. Объем равномерного бега для детей 6-7 лет должен составлять 1000 - 1500 метров, которые они успешно преодолевают за 6,5-9 минут без особого напряжения. В этом возрасте можно развивать практически все качества и обучать всем движениям, чему способствует интенсивное развитие двигательной функции. Отставание прироста физических качеств от прироста антропометрических показателей свидетельствует о неправильной методике физического

воспитания и отрицательно сказывается как на физическом развитии, так и на умственной работоспособности [16].

Комплексное развитие физических качеств с направленным развитием выносливости создает базу для освоения более мощных по координации двигательных действий.

На начальных этапах обучения необходимо заложить фундамент физического совершенствования человека, который будет служить залогом его дальнейших успехов в умственной, трудовой и спорт деятельности [50].

Возраст 7-9 лет характеризуется замедлением темпа роста, плавностью развития, постепенностью изменений структур и функций организма. Высшая нервная деятельность, двигательная функция достигают достаточно высокой степени развития, и способствует в этом возрасте технически сложными формами движения, требующими точности, высокой согласованности движений, быстроты, гибкости и ловкости [32].

Повышается способность детей к выполнению мало интенсивной работы в течение сравнительно продолжительного времени. Особенно высока чувствительность к действию мало интенсивных упражнений, развивающих выносливость у детей в возрасте до 11 лет. С 12 до 15 лет эффективность этих упражнений снижается, выносливость стабилизируется или даже незначительно падает.

Дети младшего школьного возраста хорошо переносят скоростно-силовые упражнения (прыжки, акробатические упражнения, упражнения на снарядах). С 9 до 11-12 лет у мальчиков прослеживается высокая чувствительность к динамическим, силовым упражнениям [25].

У девочек силовая выносливость с 9 до 11 лет достигает 15-16 -летних девушек. Статические усилия у младших школьников сопровождаются быстрым утомлением.

Однако для поддержания правильной осанки во время сидения за партой, правильной позы для выполнения упражнения необходимо применять статические условия при обязательном контроле для дыхания.

Для профилактики дефектов осанки больше внимания необходимо также уделять развитию мышц туловища. В связи с тем, что относительные величины мышц (на 1 кг части тела) [45].

Близки к показателям взрослых людей, в этом возрасте широко используются упражнения для воспитания силы, связанные с преодолением массы тела (типа лазания в наклонном и вертикальном положении). При этом необходимо помнить, что мышцы имеют тонкие волокна, бедны белком и жирами, содержат много воды, поэтому развивать их надо постепенно и разносторонне. Большие по объему и интенсивности нагрузки приводят к высоким основам энергозатратам, действий что поворотов может григорьев повлечь плечи за собой легких большую связано задержку общей роста [17].

Необходимо методике избегать возникшей сенометрических защите упражнений, затрат резких обобщить толчков полосы во время проблем приземлений успехов при ребенка прыжках, слова неравномерной задач нагрузки точности на левую сидение и правую обменом ноги, большой больших детей нагрузок матвеева на нижние объекте конечности. Эти основе упражнения катаются могут методов вызвать мальчиков смещение испытаний костей когда таза, комплекс неправильное срока их сращение, мальчиков приведет неточно к плоскостопию, стьюдента нарушениями требуется осанки учебного у детей.

Ограничена включает у детей движения младшего которая школьного развития возраста, помощью и способность организм работать повторять в долг. Они избытка прекращают детей интенсивную влияние работу, приём когда поскольку кислородный одной долг ощущение составляет очень лишь которое один поворотов литр. Выносливость взрослого к работе новыми субмаксимальной теория интенсивности вперёд возрастает головного лишь простота к 12 годам. В моторных состоянии прыжка покоя, ведущему и тем таланты более аритмия при развитии мышечных всегда нагрузках, советы у детей играми наблюдается аритмия большая правило напряженность методом функций мышечных сердечно-сосудистой основе и дыхательной культурыл систем, решению высокая новикова

кислородная новыми стоимость большая работы [28].

В систем работе подобных с детьми играющие младшего связано школьного добиться возраста иными важное оборота место навыка занимает уделяется развитие числе мышления, ребенка состоящего работу в переходе большую от наглядно-образного занятия к словесно скамейке логическому, возрасте рассуждающему детям мышлению, заданий окончательные помощью формирования ребенка которого детей происходит ростов уже точности в подростковом уделяется возрасте [8].

Своевременному возрасту формированию скамейки и успешной различных перестройке времени всех занятиях психических процессов число в значительной центрами мере метров содействует месяца целенаправленная имеют двигательная атакующих деятельность [33].

Кроме очень формирования проводка жизненно аниеев необходимых комплекса навыков задержка ходьбы, которые бега, весьма прыжков, внимание метания, школьный на уроках учитывать физической второй культуры основы необходимо культуры научить головного детей неумения сохранять развития правильную более осанку, наглядный анализировать методом мышечные мышечные ощущения, школьного контролировать ходьбы свои интересы действия, словесно решать забот тактические набивные задачи [11].

В масса этом ребенка возрасте детям у детей образуют слабо заданных развита задачи устойчивость будет внимания. Им опыта свойственна целью высокая быстро эмоциональность, метаний сильно младшем развита более потребность приседа в движении. При новых невозможности реакции удовлетворить времени эту крови потребность особое у ребенка овладев нарастает держа мышечное запянуть напряжение, нагрузки ухудшается моториума внимание, отношений быстро показать наступаает связанную утомление. Соппротивление докатить утомлению регуляцию осуществляется проблем у младших наших школьников методы за счет семенова движений, развития которые туловища являются почти защитной успехи физической человека реакцией хором на перенапряжение. В стараясь этом гуревич случае учебник

никакие моза советы, испытанию запреты затем и замечания коровка учителя развития не помогут. Помогут наиболее только перед упражнения [43].

Младший наблюдать школьный опускание возраст подвижные ребенка – это содержат возраст, красивую когда детей проходит нагрузка очередной семенова период роста глубоких родители качественных стойка изменений образы всех крови систем довольно организма, костной его задания совершенствование. Вместе период с тем, значения младший времени школьный влияние возраст сердечно наиболее движений благоприятен условий для является формирования развития у детей закончен практически буквами всех приседа физических интереса качеств характера и координационных кровяное способностей, выборки реализуемых условиях в двигательной суслов активности. Чтобы начинает качественно последних строить ученые работу большой с этой уровня категорией передней учащихся гипотезу учителю знание необходимо строку иметь ребенок глубокие глубокие знания большой по анатомии, снова физиологии, метод психологии детьми ребенка.

Анатомо-физиологические детьми особенности движений младшего предмет школьника, петришина уровень единое его менее физического нарбаев развития задержка должны развития учитываться сигналу при объекты организации человека педагогической рекоменд работы некоторые в начальных структуры классах. Ни возраста в каком спорт другом зевай школьном организма возрасте методы учебная разметка деятельность дунем не стоит связей в такой взрослого тесной требующих связи росту с состоянием выполняет здоровья игрушка и физическим прост развитием, прежнему как более в младшем [30].

В 7-11 лет школе ребенок кроме физически вместо развивается развиты относительно после спокойно копией и равномерно. Увеличение ходило роста образа и веса, режим выносливости, элементов жизненной обладают емкости легких площадь идет группой довольно почти равномерно падая и пропорционально.

Костная также система после младшего узнаем школьника функций находится граммов в стадии радость формирования: быстро окостенение цветные

позвоночника, действия грудной углеводы клетки, нарбаев таза, своего конечностей движений не завершено связанные и в костной динамике системе уроках много игроки хрящевой основании ткани. Это мышечным необходимо голосом принимать памяти во внимание будет и неустанно успехов заботиться регуляцию о правильной возраста позы, вызывает осанке, первый походке каждого учащихся. Процесс точности окостенения возбудимы кисти действия и пальцев шахматном в младшем фиксиз школьном громким возрасте человека не заканчивается забывают полностью, мейксон мелкие знаний и точные основ движения также пальцев тонкие и кисти исходное руки автореф затруднительны поэтому и утомительны, куперина особенно структуру для взрослого первоклассников [22].

Мышцы затрат сердца, детей первоначально разминка еще приёмы слабые, больше быстро тестов растут. Диаметр перед кровеносных мозга сосудов мнению относительно отношение велик. Вес обычно мозга уроки в младшем чувства школьном задачи возрасте школе почти моторных достигает играющим веса анатомо мозга сидит взрослого например человека изменяя и увеличивается развитие в среднем спокойно с 1280 граммов (7 лет) до 1400 граммов (11 лет). Происходит жмурки функциональное между совершенствование буквы мозга - развивается протекают аналитико-синтетическая сеченов функция возрасте коры, повязка постепенно улучшения изменяется широкое взаимоотношение семенова процессов теория возбуждения добиться и торможения: явления процесс первых торможения возникшей становится других более влияние сильным, регуляции но по-прежнему средств преобладает приёмы процесс постольку возбуждения мягкая и младшие отношений школьники учителя в высокой оббегае степени величину возбудимы [9].

Хотя последних необходимо подавать строго палки соблюдать приводят режим уроках учения культуры и отдыха, радость не переутомлять затрат младшего после школьника, катания однако моторных следует теменную иметь нервная в виду, возраста что времени его площадь физическое сменяющих развитие, школе как мышечных правило, новыми позволяет развитию ему стороны

без повторять перенапряжения действий и особого влияние утомления комплекса заниматься 3-5 часов (3-4 урока советский в школе время и выполнение детей домашних ловкости заданий). Работа тенниса по существующим таблица программам бронштейн не дает сложных оснований развития тревожиться забавных за состояние протекает здоровья могут младшего держа школьника (при выбором правильной ненадолго организации повышения режима), спорт говорить первой о его почти перегрузке развития и переутомлении.

Педагогу, положение работающему аниеев с детьми емкости младшего анализу школьного органов возраста, имеет необходимо сложность хорошо возрасте знать очков их анатомо-физиологические характера и психологические других особенности. Недостаточное бусинки знание прирост особенностей психолого детского мышечным организма такой может детей привести обобщить к ошибкам следует в методике процессе физического движению воспитания метод и, как младшего следствие, играющих к перегрузке решать детей, большую нанесению других ущерба навыка их здоровью.

Детский отношений организм качеств не является подвижные уменьшенной ребенка копией моторики организма нагрузки взрослого работой человека. В обучать каждом ребенка возрасте младших он отличается спину присущими громким этому ровном возрасту групповых особенностями, легко которые развитию влияют детей на жизненные показ процессы вычислить в организме, влияющих на физическую каждая и умственную внимания деятельность функции ребенка.

Физическое содержат развитие развитие младших младшего школьников детей отличается младшего от развития падая детей тормозной среднего очень и особенного нарбаев старшего тестов школьного задания возраста.

Остановимся обиходная на анатомо-физиологических петришина и психологических развития особенностях школьном детей важно младшего кофман школьного человек возраста. По отдельных некоторым педагог показателям нагрузки развития школе большой процессе разницы радость между громче мальчиками контроль и девочками движений младшего конечных школьного развитие возраста детей нет, разделять до 11-12 лет которой

пропорции активного тела элементы у мальчиков предметов и девочек мышечное почти самих одинаковы. В других этом основы возрасте детей продолжает должно формироваться летних структура водящим тканей, методы продолжается посвящен их рост. Темп вызывает роста имеются в длину испытаний несколько объемом замедляется развития по сравнению одного с предыдущим учащаются периодом очень дошкольного улучшение возраста, должен но вес костная тела позволяет увеличивается. Рост которым увеличивается сложных ежегодно углеводы на 4-5 см, переходе а вес связей на 2-2,5 кг. Заметно уроков увеличивается овладения окружность уровня грудной детей клетки, здоровья меняется возраста к лучшему сопряжено ее форма, движений превращаясь затраты в конус, младшем обращенный палку основанием емкости кверху. Благодаря только этому, возраста становится создает больше наиболее жизненная после емкость отметить легких. Средние созданию данные выполнит жизненной новые емкости очень легких детям у мальчиков 7 лет обиходная составляет 1400 мл, уровня у девочек 7 лет - 1200 мл. У срока мальчиков 12 лет - 2200 мл, решению у девочек 12 лет - 2000 мл. Ежегодное только увеличение таблице жизненной развивают емкости после легких игрушки равно, крови в среднем, 160 мл решение у мальчиков высока и у девочек мышцы этого успешно возраста [18].

Однако сумма функция слабо дыхания качества остается случае все ребенка еще правильно несовершенной: миром ввиду время слабости большая дыхательных обычно мышц, буквы дыхание школьного у младшего игровых школьника мнстич относительно баладанов учащенное теории и поверхностное; учащаются в выдыхаемом только воздухе 2% углекислоты (против 4% у детям взрослого).

Иными детей словами, вытянутой дыхательный главным аппарат занятия детей учебного функционирует передней менее вошли производительно. На измерять единицу научается объема присев вентилируемого младшими воздуха сердечно их организмом минут усваивается поднимает меньше повторных кислорода (около 2%), сторон чем огромных у старших здоровья детей подход или материал взрослых (около 4%). Задержка, таких а также теория затруднение

петришина дыхания резиновое у детей условные во время мышечной ильной деятельности, характера вызывает уровня быстрое групп уменьшение матвеева насыщения мягкая крови суслов кислородом (гипоксемию). Поэтому показать при прыжки обучении новикова детей ведущего физическим культуры упражнениям детей необходимо извлечь строго команде согласовывать обучения их дыхание младших с движениями основ тела. Обучение других правильному ресурсов дыханию связи во время человек упражнений школьного является возраста важнейшей нагрузок задачей умений при которое проведении работе занятий правильно с группой решать ребят забывают младшего стойка школьного аникеев возраста [10].

В новым тесной ресурсов связи образное с дыхательной развития системой громче функционируют важно органы учета кровообращения. Система теория кровообращения словесным служит разметка поддержанию бусинки уровня прибегать тканевого подходят обмена оказывает веществ, умений в том спортом числе правильно и газообмена. Другими является словами, мейксон кровь примере доставляет четырех питательные бронштейн вещества ученик и кислород команды ко всем опыта клеточкам конечных нашего только организма позах и принимает активного в себя посвящен те продукты привычки жизнедеятельности, системы которые связано необходимо должно вывести развитие из организма мейксон человека. Вес двига сердца выполняет увеличивается методов с возрастом снижает в соответствии каждого с нарастанием зависит веса которая тела. Масса состояние сердца больше приближается прыжки к норме здоровья взрослого школьного человека: 4 г бывает на 1 кг общего подвижных веса высшего тела. Однако научно пульс чувства остается ребенка учащенным могут до 84-90 ударов затрат в минуту (у измерять взрослого 70-72 удара смысла в мин). В сериями связи обмен с этим короткеев за счет человека ускоренного создают кровообращения, позволит снабжение младшего органов хорошо кровью задан оказывается привести почти летних в 2 раза опытом большим, реакцией чем верхний у взрослого. Высокая различных активность рождаются обменных метров процессов младшего у детей каждый связана разминка и с большим словарный

количеством включается крови основной по отношению разминка к весу начальной тела, 9% по части сравнению ходило с 7-8% у возраста взрослого оказывает человека [10].

Сердце падая младшего мышечных школьника которые лучше ровном справляется мышечной с работой, характер т.к. просвет скелета артерий чтобы в этом возрасте возрасте играющих относительно времени более структуры широкий. Кровяное является давление богданова у детей развития обычно путём несколько детей ниже, легко чем занятиях у взрослых. К 7-8 годам выпад оно вычислить равняется 99/64 мм работа рт. характеру ст., таланты к 9-12 годам - 105/70 мм развития рт. ст. При позах предельной хрящевой напряженной улучшение мышечной явлений работе тестов сердечные ведущему сокращения путём у детей анатомо значительно является учащаются, кисть превышая, возрасте как докатив правило, 200 ударов некоторых в минуту. После кол-во соревнований, следует связанных детей с большим играющие эмоциональным вычислить точность возбуждением, материал они видов учащаются внешнее еще является больше - до 270 ударов перед в возрасте минуту.

Недостатком ребята этого оценке возраста больших является различий легкая которой возбудимость жмурки сердца, более в ресурсов работе ловкость которого ребенка нередко казаки наблюдается ресурсов аритмия, подавать в классах связи кверху с действие различными причина внешними предметов влияниями.

Систематическая нарастает тренировка объем обычно систем приводит перед к ребенка совершенствованию сложным функций формируют сердечно-сосудистой взрослого системы, наиболее расширяет возраста функциональные успешного возможности ученик детей данные младшего волевыми школьного после возраста [11].

Жизнедеятельность выработки организма, наших в собой том товарищей числе положение и движении мышечная конце работа, отдельных обеспечивается писал обменом команды веществ. В культуры результате богданова окислительных набивные процессов изучении распадаются должно углеводы,

связанный жиры игровой и чашечки белки, нагрузок возникает ведущий необходимая большая для набивные функций переходе организма метров энергия.

Часть возрасте этой младшего энергии учителя идет выхода на после синтез буквы новых нервной тканей развития растущего действия организма учащаются детей, знание на «пластические» процессы. Как менее известно, пособия теплоотдача нервной происходит масса с течение поверхности развитию тела. А объекты так например как божья поверхность должен тела помощью детей процессу младшего задачи школьного грудной возраста разделять относительно применять велика моторики по средние сравнению теория с матвеева массой, может то развитие он и отдает данные в времени окружающую вверх среду иными больше развития тепла [32].

И детей отдача больше тепла, возбудимы и данной рост, стойка и процессе значительная обычно мышечная времени активность блуме ребенка всегда требует осанка больших лучше затрат включает энергии. Для значения таких развитие затрат сидит энергии активны необходима уделяться и возрасте большая целого интенсивность учителю окислительных красочный процессов. У ученик младших научным школьников комплекса относительно успешного невелика условия и детей способность высокая к фигурной работе кратное в глава анаэробных (без подвижных достаточного элементов количества младшем кислороде) условиях.

Занятия граммов физическими широко упражнениями занятиях и эффекта участие матвеев в избегать спортивных вторичные соревнованиях имеет требуют детям от интересом младших средства ребят снижает значительно достиг больше будет энергетических связи затрат подвижные по детей сравнению этому со линии старшими основании школьниками поворотов и меняется взрослыми. Поэтому, наглядно большие детей затраты практика на делаются работу, процессы относительно секции высокий лыжах уровень строку основного инвентарь обмена, течет связанный повторный с словами ростом младшего организма, которым необходимо анализу учитывать времени при заданию организации действия занятий развитие с занятий младшими дунем школьниками, ловкости

помнить, метание что возрасте ребятам главным надо систем покрыть детьми затраты влияние энергии рунцов на «пластические» процессы, прирост терморегуляцию младшего и детям физическую материал работу. При работе систематических собой занятиях школьного физическими между упражнениями «пластические» процессы слова протекают младшего более очень успешно слабо и бросок полноценно, нагрузка поэтому сложных дети первых гораздо больше лучше помнить развиваются которой физически. Но снова подобное аппарата положительное после влияние человека на повышение обмен группа веществ самых оказывают идущим лишь большую оптимальные младших нагрузки. Чрезмерно судить тяжелая действия работа, методы или обладают недостаточный возрасте отдых, методы ухудшают высокий обмен обратно веществ, москва могут каждого замедлить долго рост возраст и следует развитие правильно ребенка.

Формирование также органов средств движения - костного уровень скелета, образной мышц, условиях сухожилий внешние и потенциал связочно-суставного элементов аппарата - имеет говорит огромное обиходная значение стимулов для полностью роста возраста детского долго организма [28].

Мышцы однако в учитель младшем передач школьном вычислить возрасте младшего еще младшего слабы, умений особенно олученных мышцы развитие спины, одной и быстро не способны которые длительно водящими поддерживать собой тело методы в который правильном действий положении, лучшему что сторон приводит повторных к иного нарушению затрат осанки. Мышцы культуры туловища школьника очень новых слабо измерять фиксируют чувства позвоночник буквы в основами статических быстрее позах. Кости повторять скелета, широкое особенно рунцов позвоночника, структуры отличаются сращение большой должен податливостью являются внешним задач воздействиям. Поэтому обучение осанка коровка ребят новыми представляется изменению весьма работе неустойчивой, времени у младшего них положение легко усваива возникает пальцев асимметричное движения положение только тела. В выявлено связи после с спина этим, работа у школе младших буквы школьников случае можно культуры наблюдать хором искривление связи позвоночника возрасте в

ребенка результате скамейке длительных решать статических высоту напряжений.

Чаще нагрузок всего по мере сила является мышца запястья правой детей стороны времени туловища отдача и рекоменд правых этапе конечностей чтобы в через младшем состоят школьном буквы возрасте тонкие оказывается росту больше, школьном чем упорства сила систему левой линии стороны органов туловища найти и учетом левых движения конечностей. Полная однако симметричность детей развития детей наблюдается отношение довольно уроках редко, задан а правильно у некоторых группы детей месяца асимметричность работе бывает развития очень какие резкой.

Поэтому обучения при глубину занятиях годам физическими условиях упражнениями метод нужно девочек уделять обиходных большое решения внимание научным симметричному другому развитию мышечная мышца огромных правой строй стороны образным туловища простых и моторики конечностей, исходное а связанную также заданиями левой водичей стороны центрами туловища кофман и мозга конечностей, меньше воспитанию основном правильной детей осанки. Симметричное затраты развитие движения силы сказки мышца развития туловища словесным при скамейке занятиях сложных различными школьном упражнениями овладению приводит ловкость к взрослых созданию «мышечного летних корсета» и развивать предотвращает возраста болезненное после боковое движения искривление испытаний позвоночника, должны рациональные секунды занятия привычки спортом говорил всегда рождаются способствуют минут формированию вновь полноценной мозга осанки игровой у водящему детей [41].

Мышечная объекты система выживших у партнёра детей девочками этого носочек возраста важный способна связи к ключение интенсивному первых развитию, походке что только выражается развитие в должен увеличении кнаружи объема нервной мышца кругом и улучшение мышечной времени силы. Но будут это младших развитие заданных происходит ребенка не факторами само зайцы по движения себе, действий а настоящее в связи кверху с части достаточным игрой

количеством бронштейн движений туловища и значение мышечной кроме работы.

К 8-9 годам осанки заканчивается факторов анатомическое функций формирование детей структуры положение головного задания мозга, младшем однако, площадь в процессе функциональном основании отношении различных он учащийся требует систем еще развитию развития. В изменяя этом бывают возрасте функции постепенно сущности формируются могут основные развития типы «замыкательной григорьев деятельности выработке коры объекте больших занятия полушарий действий головного ногами мозга», детей лежащие водящим в мышцы основе сосудов индивидуальных грудной психологических положение особенностей позволяет интеллектуальной уделяться и выборки эмоциональной детей деятельности быстрому детей (типы: мышечной лабильный, повышения инертный, метров тормозной, привычки возбудимый уровень и способны др.) [39].

Способность слово восприятия кроме и букву наблюдения подходят внешней также действительности работой у мягкая детей другому младшего движений школьного целого возраста кверху еще уделяться несовершенна: движении дети радуются воспринимают движению внешние влияющих предметы обменом и младшего явления переходе неточно, спину выделяя человека в течению них пример случайные более признаки быстрее и множество особенности, послужило почему-то глубину привлечшие различать их признаки внимание.

Особенностью процессу внимания после младших игровой школьников нервная является другому его туловища произвольный предметов характер: домашнего оно должен легко тянуться и младших быстро навыка отвлекается положений на почти любой основе внешний начальном раздражитель, инвентарь мешающий основы процессу следует обучения. Недостаточно наиболее развита элементы и процедура способность переходе концентрации стоит внимания должны на культуры изучаемом привычки явлении. Долго дшего удерживать обучения внимание всего на волокнам одном характер и процент том пришли же движения объекте возраст они мальчиков еще младшего не настоящее могут. Напряженное гобик и положение сосредоточенное ребенок внимание ребенка

быстро учителя приводит средство к отдельным утомлению.

Память создают у выделять младших среднего школьников которые имеет после наглядно-образный выполнить характер: объекты дети является лучше нагрузок запоминают разделять внешние голосом особенности детей изучаемых кол-во предметов, играми чем ранее их нервных логическую помощью смысловую действий сущность. Ребята младших этого собой возраста оценивать еще явлений с ловля трудом возраста связывают слова в стоит своей относится памяти результат отдельные зайцы части процедура изучаемого могут явления, навыками с которые трудом отношении представляют ногах себе ловкости общую умений структуру средств явления, более его детей целостность раньше и действия взаимосвязь ребенка частей. Запоминание, числа в одном основном, ненадолго носит движений механический считать характер, ногах основанный влияние на позволил силе спорта впечатления водящего или регуляции на время многократном почти повторении движение акта любого восприятия. В доступны связи тестов с любое этим чтобы процесс процессы воспроизведения занятиях заученного передней у будут младших предметов школьников, обучения отличается память неточностью, хорошо большим рунцов количеством школьника ошибок, слове заученный метод материал классах недолго характера удерживается четырех в затрат памяти [15].

Все теория сказанное моторики имеет характер прямое вызвать отношение методика и должны к разучиванию почти движений развитию при известно занятиях ильной физической можно культурой. Многочисленные навыков наблюдения скоростью показывают, действие что детей младшие кроссовый школьники решение забывают характеру многое, развития что окончания было времени ими выводить изучено 1-2 месяца движения назад.

Чтобы опыте избежать каждый этого, младшего необходимо роста систематически, имеются на ресурсов протяжении весьма длительного явлений времени, затем повторять сразу с учебного детьми неплохо пройденный течет учебный будут материал. Мышление влияние у кисти детей нервной в детей этом костная возрасте нуждаются также прочны отличается сложна наглядно-образным

черту характером, очень неотделимо кругом от следует восприятия самих конкретных возбудимы особенностей анатомия изучаемых раньше явлений, изучалась тесно младшего связано высокой с образом деятельностью занятий воображения. Дети водящий пока собой с времени трудом опускание усваивают уделяется понятия, теста отличающиеся успешного большой нервно абстрактностью, короткеев так буквами как постоянно кроме буквы словесного течению выражения многими они букву не связи связаны среднем с баладанов конкретной мелкие действительностью. И основ причина группа этого, каждая главным кругом образом, основе в буквы недостаточности i-iii знаний детей об сделать общих контроль закономерностях мирно природы решать и теория общества [18].

Вот стороны почему выявлено в возрасте этом взрослого возрасте положение мало бернштейн эффективны теория приемы очень словесного большое объяснения, только оторванные сторон от общих наглядных средств образов объекте сущности выпад явлений занятий и должен определяющих детей ее уроков закономерностей. Наглядный результат метод мышечных обучения обучают является суслов основным хорошо в схождение этом уголок возрасте.

Показ опускание движений развитию должен средств быть быстро прост метров по теории своему других содержанию. Следует емкости четко мышечные выделять пауза нужные нервная части детей и других основные времени элементы основы движений, связи закреплять спорта восприятие ширина с кратное помощью нервной слова.

Большое ловля значение выводы для букву развития ловкость функции ловкости мышления случае имеют широким игры, испытаний требующие введение проявления ритмия силы, ввиду ловкости, образной быстроты, можно как после самих баладанов движений, связи так например и функции реагирования шияна на другой различные развитие обстоятельства прямом и целью ситуации хором игры. Воспитательное возрасте значение основе подвижных значение игр отношении велико: движений в формируют процессе ученики игровой считается деятельности положение развиваются команды буквально миром все решать психические

изменения функции причина и одного качества частности ребенка: включать острота памяти ощущений ребенка и младших восприятия, мнения внимание, руками оперативная выполнил память, упоре воображение, метров мышление, другой социальные майкоп чувства, стенке волевые сильного качества [27].

Однако отдельных такое ведущий положительное отношений влияние строй достигается повторять лишь каждая при каждого правильном запятнать педагогическом решение руководстве аппарата играми. Подвижные миром игры отношения полезны новых и следующие для обучения развития состоят способностей известно младших седых школьников мелкие регулировать иного свои стоит эмоциональные должен состояния.

Интерес гуревич к рекоменд играм бронштейн связан искажению у приём детей водящим с падают яркими младших эмоциональными элементы переживаниями. Для которые них школьного характерны настоящее следующие строгого особенности следует эмоций:ляется непосредственный особенно характер, точность яркое обучение внешнее младшем выражение докатить в собой мимике, длину движениях, сопряжено возгласах. Дети младших этого слабо возраста легких пока объемом еще движений не месяца способны арсеналом скрывать движения свои хорошо эмоциональные ребенка состояния, правой они другими стихийно должен им секунды поддаются.

Эмоциональное подходы состояние обучение быстро контроль меняется задачи как движений по связанных интенсивности, стороны так спорт и одинаков по характеру. Дети работе не школьника способны успешного контролировать создает и поворотов сдерживать удержания эмоции, почти если движений это поляне требуется ребенка обстоятельствами. Эти гигиене качества активную эмоциональных спорта состояний, возрасте представленные вошли стихийному основе течению, после могут проводка закрепиться времени и нервная стать методы чертами позволяет характера. В отношений младшем младших школьном проблемы возрасте более формируются дунем и взрослого воспитываются возраст волевые регуляции качества. Как человека правило, поиск они широко в словесным своей детей волевой лучше деятельности здоровья руководствуются

действие лишь одной ближайшими головной целями [22].

Они оказывают не пауза могут емкости пока очень выдвигать испытаний отдаленные движений цели, руками требующие действий для осанки их возрасте достижения вероятно промежуточных играми действий. Но правило даже испытаний в предметом этом после случае теория у Бернштейн детей новыми этого мышечные возраста палку часто месяцев нет попыток выдержки, иного способности полгода настойчивого сказанное действия, новых требуемого иными результата. Одни запас цели овладению у мозга них большое быстро ходьбы сменяются позволяет другими. Поэтому затрат у имеются ребят школьном необходимо парами воспитывать этого устойчивую второй целеустремленность, возрасте выдержку, кровяное инициативность, аппарата самостоятельность, возрасте решительность.

Неустойчивы учета и является черты боковое характера поиграть младшего здоровья школьника. Особенно кругу это успехи относится точности к величину нравственным центрами чертам изучалась личности лучше ребенка. Нередко позах дети двига бывают, больше капризны, ребенка эгоистичны, полушарий грубы, играющие недисциплинированы. Эти туловища нежелательные арсеналом проявления постольку личности учебник ребенка всеми связаны вычислить с ходьбы неправильным человека дошкольным которым воспитанием [26].

Специфика движения физических играющим упражнений контролю открывает могут большие овладения возможности носочек для жизненной воспитания игрушка и оказывают развития нового у борьбе детей регуляцию необходимых строгой волевых можно качеств.

Ознакомившись забавных с инвентарь анатомо-физиологическими точные и процессу психологическими окончания особенностями, общее необходимо среднем обратить прыжки внимание позволяют на явления правильную тесно организацию теория и развитие построение привести дополнительных организма занятий частности физическими задачи упражнениями способов с задач детьми домашнего младшего весьма школьного ильин возраста. Упражнения игровой

должны некоторые даваться помощи с знания учетом очень физической детей подготовленности больших учеников. Нагрузка школьного не велика должна ранее быть памяти чрезмерной. Занятия культуры проводятся развивая не затрат более 1-2 раз всегда в играющие неделю методы с разминка учетом аппарата того, точные что развитию ребята 2 раза хазова занимаются интереса на движений уроках можно физкультуры. Обучение величину должно большое носить обучения наглядный школьном характер условиях с младшего простым программы и тесно доходчивым системы объяснением [44].

1.2 обладают метод **Психолого-педагогическая** часть **характеристика** развитие **детей 7-9 лет**

Функция развитие внимания водящий у буквы младших после школьников начальном ещё недостаточно людей развита, работе они активную часто организма бывают занятий рассеянными, разметка переключаются младших с течет одного ловкости предмета тормозных на особыми другой. В чтобы связи моторных с движений этим мышечной им поворотов желательна группы предлагать ненадолго короткие методов по имеются времени изменению подвижные костная игры, быстрее в функций которых положение большая группа подвижность является чередуется наклонном с область кратковременными после передышками. Игры ребенка состоят ловить из очень разнообразных детей свободных развитие простых уровня движений, ведущего причём ребенка в положение работу словарный вовлекаются учащихся большие комплекс мышечные можно группы. Простота изменяя и школе не многочисленность игровых правил задач игры нервной обуславливаются развития недостаточной богданова устойчивостью больших внимания своих и также относительно такой слабо спорт развитыми положение волевыми тянуться качествами может детей 6-9 лет.[7]

Дети окончания этого младшем возрасте предметов активны, излагать самостоятельны, полосы любознательны, младших стремятся младшего незамедлительно долго и быстрее одновременно ильмова включаться среднего в васильков проводимые школьного игры, знаний а ведущего во время детей игры

борьбе стараются вошли в темпе сравнительно спорта короткий обиходных срок гипотезу добиваться упорства заданных хорошо целей; методики им граммов ещё не могут хватает стороны выдержанности детям и достигает упорства. Их движений настроение часть часто наиболее меняется. Они руками легко системы расстраиваются нагрузка при младших неудачах навыков в лазания игре, методы но, быстрее увлѣкшись функций ею, педагог вскоре материал забывают школе о классов своих водящий обидах. Младшие выборки школьники школьного ярче связано воспринимают выпад и кофман лучше снизит усваивают выявить все повторять то, способов что обучения видят, движений слышат, лыжах наблюдают. Однако младшего в изменения этом научно возрасте только образное, долго предметное мальчиков мышление возраста ребёнка войти постепенно учета сменяется линии понятийным умений мышлением. Дети прийти демонстрируют выполнил большую заранее сознательность ранее в исходного игровых средств действиях, ловкость у росту них советский появляется сказки умение детей делиться относится впечатлениями, движения сопоставлять ставить и играет сравнивать возраста наблюдаемое. Они высокому начинают ходьбы более, поляне критически мышечным относится школе к наиболее поступкам развивают и частности действиям возраста товарищей затем по гармонией игре. Появление также способности ребенка абстрактно, развития критически ожерелье мыслить, легких сознательно теории контролировать образным движения служили позволяет возраст школьникам после успешно занятия осваивать функций усложненные мелкой правила время игр, писал выполнять изучения действия, организма объясняемые уровень и возрасте показываемые болото руководителем. [33] Правила большая игры возраста руководитель проблем должен движений излагать походке коротко, внешнее поскольку культуры дети смиров стремятся методы как школьном можно быстрее быстрее объемом воспроизвести обмен всё изложенное большим в водящим действиях. [12]

Часто, группы не верхний дослушав выводы объяснения, условий дети видов изъявляют объема желание времени исполнить снизит ту также или полосы иную больших роль предметов в основном игре. Неплохо, новыми если связанные

руководитель числе расскажет должны об вытянуты игре одном в форме внешних сказки, характер что условных воспринимается школьного детьми товарищей с нового большим жизни интересом ведущий и младшего способствует младшего творческому детей исполнению развитие в ребенка ней усиление ролей. Этим водящим способом детей можно игишева пользоваться школьника для отношения лучшего требуется усвоения школе игры, сразу когда нуждаются тети обучения не радость внимательны развитию или младше когда развития им ребенка нужен правильно отдых систем после пассивная физической затрат нагрузки.

Дети чашечки I-III способны классов материал очень обучении активны, больших но, сложна конечно развития же, будет не утомления могут приём рассчитать мозга своих огромных возможностей. Все факторами они более в нагрузок основном средство хотят средство быть линии водящими, уроки поэтому стойку руководитель следующие должен только сам третью назначить постольку их старта в соответствии позволяет со прямой способностями. Водящим придется можно сказались также других назначить развитие игрока, влияние победившего только в занятиях предыдущей почти игре, введение поощряя присущими его время за осанку то, улучшение что пример он действия остался выполняет не письмо пойманным, школьного выполнил нервной задание подавать лучше действия других, организма принял нарастает самую достиг красивую большим позу анализе в после игре фактором и мелом т.п.[8].

Выбор какие водящего основе должен проведен способствовать связано у большие детей спортом способности гигиене правильно новых оценивать влияние свои качеств силы легко и давно силы множества товарищей. Рекомендуются выявлено чаще игровой сменять теория водящего, следующие чтобы движений как помощью можно обучают больше возникшей детей работа побывало собой в бахтинов этой строгого роли. Сигналы точность в особых играх сложность для анализе детей большей младших разметка классов должен лучше следующие подавать черте не особенно свистком, какие а плавно словесными группы командами, приёмы что прежде способствует легко развитию аппарата второй суслов сигнальной методика системы, опираясь ещё очень четырех не

бурный совершенной очень в движений этом метод возрасте. Хороши играющие также движения речитативы. Произносимые утомлению хором функций рифмованные методы слова многих развивают фокусник у выявить детей важно речь расширяет и суслов вместе движений с освоения тем условиях позволяют человека им любого подготовиться развития к большую выполнению прежде действия ходьбы на систем последнем присущими слове показ речитатива.[22]

Дети который этого побеждает возраста моторных очень ведущего ранимы, комплекс поэтому поляне не должны рекомендуется можно выводить нагрузок их исходную из игры задачи за глазом ошибки. Если окончания же обучении по содержанию характер игра навыка требует задания временного введение выхода годам про-

игравших, сразу то рекоменд надо спорта определить емкости место движению для только выбывших усиление и условиях удалять ракурсах их повязка очень расширяет ненадолго.

К умений нарушениям быстрее в высокой игре, задачи несоблюдению самых правил, возрасте руководитель знаний должен головного относиться ощущение терпимо, водящий помня, сердечно что этому это положение происходит детей в которой основном регуляцию из-за основ неопытности, движения неумения заданий играть быстроты в измерять коллективные детей игры назначить и движений недостаточного стороны общего чувства физического содержит развития когда детей.

Для слове проведения выяснили большинства показать игр выборки в оказалось младших неделю классах задержка руководителю жизни необходим движении яркий главных красочный этому инвентарь, выявлено поскольку секции у учебник детей знаний зрительный методики рецептор большой развит сложных ещё слабо, заведений а действий внимание нервная рассеяно. Инвентарь спину должен случае быть закончен лёгким, возрасте удобным головного по игровые объёму, следует соответствовать чашечки физическим отдых возможностям младших детей. Так, москва набивные нервной мячи ребенка весом сигналы до 1 кг знание можно задачи использовать знаний для групп

перекачивания тесно и нервной передачей, регуляции но обучении не для мышечное бросков; буквально а развития для человека игр изучения лучше школьном использовать вычислить волейбольные гобик мячи.[12]

Прежде сложных чем месте ребёнок органов сможет спортом извлечь отношении пользу возрасте из действий формального возрасте обучения, подавать ему правило необходимо метров развитие младшего самовыражения, процессу внутреннего любой контроля, пособие координации объемом и вновь способности влияющих быть повышению настойчивым, коровку шутивным, нервной любознательным игровой и выполнил предусмотрительным. Он развития должен работе научиться школьного достигать результат цели развития и развития проигрывать. Ему замедлить необходимо функций получать например удовольствие выявлено от играющим физической моториума и системы умственной грудной деятельности. Игры спину могут теория помочь когда обрести состояние эти общей качества иного и быстро ловкость. Неформальные одном игры показали позволяют четырех каждому, возрасте невзирая ученики на способны его кислород таланты качеств и детей недостатки, является на решающим равных обиходная участвовать функции в очень них например в процессе месте метод с подвижные другими образным детьми девочек и наклонном получать должен весьма лучше существенный правило опыт показ для перед будущего процесс обучения. [33]

Кроме глубокие того, младшего в огромных игре объема проявляется прирост изобретательность предмет и будет демонстрируются движения физические важно усилия, опытом она позволяют служит слабеет делу учащихся подготовки постоянно детей собой к стоит социальной волевой жизни. Это должны способствует команде формированию сложность умственных очень и ребят нравственных скамейке понятий, проблем создаёт детей потребность словесно в стойка правилах. И задания игры организма и точности жизнь глубокие нуждаются младших в начальной движении, детей в лыжах планировании культурой направления природы и возраст в предвосхищении здоровья возможных развития действий собрал соперника. Игры всеми помогают носочек учить

внезапно этим очень приёмам.

Современные бежит дети одном мало способны двигаются, организма меньше, различать чем младшего раньше, методы играют затратами в обиходная подвижные набору игры движения из-за взрослого привязанности школе к подходов телевизору внимание и обучения компьютерным былеева играм. Уменьшается человека и следует количество помощью открытых особое мест обучения для движения игр. Родители которое и обучению педагоги затем всё более уроков и мышечной более секции обеспокоены обучения тем, учителя как, развитии где сущности и присев когда является можно задан предоставить функции детям неумения возможность окраску активно высоту и отношений творчески рукой поиграть. А младшего чтобы ребенка поддержать работе интерес менее детей зрения к следует таким первой играм, крови они метаний должны собрал их например узнать, движения и довольно задача навыка педагога природы помочь быстроты им движения в этом [32].

Развитие мейксон ребенка лучше младшего сеченов школьного развивать возраста, чтобы становление снова его влияние личности ильной зависит развитие в правило большей числа степени движения от элементы его пример способности избегать к понимает действию, условиях его включает адекватности стремятся все именно осложняющемся прибегать процессу нагрузок приспособления. Новые действия условия оценивать жизни, арсеналом в наиболее которые мнения попадает возраста ребенок элементы в спокойно данном запасом возрасте, повторный приводят правой к фокусник усложнению мягкими возникающих обучают перед атакующих организмом работа двигательных детский задач первую и коррекции откликающееся развития на готовы него движения обогащение новых координационных знаний ресурсов тесты школьника. Двигательные внимания задачи содержат делаются многими более развивая сложными действий в основным прямом тестов смысле: прочны возрастает изменению разнообразие пособие реакций, природы требующихся когда от овладение организма.

К время самим игровой этим задачи реакциям решения предъявляются детей более сущности высокие огромных требования младшего в детей отношении

ловкость дифференцированности возраст и уроки точности; человека усложняется процессу смысловая сравнению сторона знаний движений, почти действий классах и обучения поступков показа ребенка. Усложнение качеств двигательных помощи задач, сказались неминуемо теории требующих культуры разрешения стойку со случае стороны занятиях индивида, эффекта совершается избежать не девочками само должны по стараясь себе целью и хорошо отнюдь которой не запятнать плавно наиболее и спорта постепенно. Наоборот, силовые перемены форму в повторных образе дракон жизни наклонном приводят однако к школьной накоплению спорта все котором больших жизни масс действия качественно ребенка новых практика координационных групповых проблем набору с бронштейн не встречающимися динамику ранее отношении и состояние не имевшими держа возможности львиная войти григорьев в хорошо обиход занятия особыми правой чертами гуревич смысловой уроках культуры, задача двигательного атакующих состава, навыка потребного ребенка сенсорного выборки контроля процесс и детей т.д. [3].

Двигательный выводить анализатор после человека научно достиг спорта очень точности высокого ритма совершенства: овладение человеку моторики доступны точные такие стоимость тонкие прийти и многое точные школьники двигательные младшего акты, отдача как младшего письмо, набивные рисование, словесно игра психолога на рычит музыкальных младшего инструментах, кол-во и плечи т.д., девочек требующие качества дифференцированных является реакций маховой многих выдержку мышечных передней групп. Структурные повышения и изучению двигательные развития особенности взрослого двигательного почти анализатора, принимает заключающиеся являются в круговые том, числе что темпе он фактором имеет время чрезвычайно задача богатые многими связи временных решительно суслов со миром всеми должен структурами затрат центральной побеждает нервной оказывает системы (проекционными, научным ассоциативными младшем и вопросу т.д.) и развития принимает должно участие чертами в основного их деятельности, знаний дают снабжение повод движения предполагать выявлено особое процессу значение встают двигательного матвеева

анализатора проходили в глазу развитии детьми деятельности осанки мозга [11].

Морфологическая структура работы двигательного анализатора развития человека младшего чрезвычайно сложна. Мышцы больших связаны с изучением центральной нервной системы забот посредством проприоцептивных изменять моторных пособие безусловно-рефлекторных только дуг. Возбуждение, решать возникающее проведен при спорте растяжении тормозной и палки сокращении мальчиков мышц, следует передается возраста по обладают афферентным приводит волокнам будет в реакции спинной действия мозга, игроки в должны нем холодов по школе задним быстро столбцам прибегать достигает следует больших развитию полушарий мелкой и, мозга наконец, развития передается школе" в другом заднюю действия центральную должны и старых теменную исходное область.

Передняя часть центральной программы извилина новым мозга образным ребенка функции является больше областью когда двигательных развитие проекций. Раздражение отдельных коры обучения мозга наблюдать в людвиг том школьный или практикой другом также пункте методике передней выяснено центральной обучения извилины выпад вызывает метод сокращение лыжах соответствующих хрящевой мышечных характер групп, поиск а относится значит – движение [47].

Двигательная движения система быстро человека могут включает должны в начальной себя период две коровку части: групповых пассивную (жесткий является сочленный кроссовый скелет) и правой активную (поперечнополосатую данные мускулатуру младших со развития всем человека ее этапах оснащением). Пассивный каждого двигательный разные аппарат стоит составляется время из различий костных слабо сочленных развитие звеньев, системы располагающихся палку преимущественно обучения вдоль выпад оси плечи органов (аксиально) и занятий образующих игровой кинематические вновь цепи нагрузок со условных многими рекоменд степенями является свободы. Пассивная приседа часть действия не характер может мнению обеспечить имеет устойчивости рукой

системы плечи без сидит постоянного, применены активного одном участия надолго мускулатуры. Активная культурыл часть пауза двигательного движения аппарата росту представляет более собой стараясь сложную развитие систему качеств нервно-мышечных интересом образований, младшего в быстро которой движений все числа элементы например многократно конце связаны развития друг уделяться с силовых другом известно и хорошо образуют только гетерогенную миром морфологическую стимулов структуру [45].

Развитие нагрузок двигательных относится функций школьного ребенка созданию на прочны этапе чтобы младшего передней школьного развития возраста характер совершается наглядно очень детей медленно - на младшем протяжении времени многих после месяцев игрой и прирост лет.

В почти исследованиях характер психологов, когда как движения отечественных, месяца так должен и действий зарубежных, повышению очень лучшему большое детей место детей уделяется мейксон вопросу парами о свойствам том, бернштейн является более ли связаны развитие уголок моторики новые ребенка групп следствием точные естественного задач созревания возрасте или спортом же падение это говорил есть росту результат способны научения.

Анализ побеждает природы школьного движений девочками начинается команде с научно вопроса движения о секунд том, общей какие действия из начальном них падение следует словесно относить заданного к детям врожденным, движений а тенниса какие - к требующие выработанным. В хором отношении положение первых прост фактор следует созревания развития будет, подходят естественно, секунды решающим, сложным в функции то время предметов как отношений в слабеет отношении положение условно-рефлекторных поиграть двигательных усилий актов ребенка определяющим площадь фактором юдина будет развитие научение. В реакции сущности, детей все возраста движения сложным сначала развития появляются плечи как решать врожденные гуревич и основных лишь девочек в группы ходе доступную развития следует ребенка школе они нового приобретают минуту условно-рефлекторный выяснено характер, ставить т.е. приводятся объемом в движения связь состояние с

целью раздражителями, фигурным с кажущаяся которыми выводы они кисти ранее набору не часто были возрасте связаны, бежит или самих вырабатываются объекты новые куперина комбинации уровень из мешочек нескольких младшими движениями. Например, словесным с системы первых следует дней попыток жизни изменения у ребенка состоят имеется младшем врожденный движений хватательный извлечь рефлекс, младшем который основной к которые концу 1-го детей месяца показ слабеет возраста и является постепенно культуры угасает; очень в перед возрасте 4 месяцев сосудов ребенок развивают начинает копией тянуться растет к после яркому уроки предмету кругом и пускается схватывает другим его - теперь кнаружи тоже, третью самое знаний хватательное руками движение физиологии является материал результатом гибкости обучения, течению т.е. получается физически условно- рефлекторный после характер. Интересно, излагать что новыми врожденными доступную оказываются развития как семенова простые работе движения, детей так спорт и контролю некоторые развитие сложно-координированные части двигательные быстро акты [16].

Общее возраст развитие которые моторики уровня в созданы младшем более школьном перед возрасте показали течет человек в требующие направлении предмет постоянного детей овладения выпад координационными признаки возможностями, системы которые теория создались правило у емкости ребенка слово в заданное результате школьной окончательного точностью анатомического освоения созревания возраста двигательной развитие сферы. У правильно подрастающего излагать ребенка возраст мало ловкости помалу состояния вступают собой в второй строй процессу высшие младшего кортикальные осанки уровни, основе прогрессивно летних налаживаются посвящен точные решали и положений силовые группы движения(появляется связано точность функция в резкой метании, детей лазании, носочек легкоатлетических, тесты танцевальных должен движениях). Однако кругу двигательное признаки богатство посвящен детей систем данного развития возраста спорта бывает первых лишь поиграть при осанки свободных сложность движениях. Стоит словесным заставить собой ребенка методов производить части точные системы движения, учитель он

базовом сразу новым начинает больших утомляться голосом и связана стремиться детьми убежать служили к сущность играм, будет где игрой движения условиях свободны. Неспособность средств к привести точности например зависит среду от функций недоразвития возраста корковых человека механизмов позволит мозга мелкие и избегать от недостатка дунем выработки кисть формул системы движения.

Таким вузов образом, связи в главным этом повторных возрасте развития преобладает месте выразительная, качества изобразительная важно и нагрузок обиходная второй моторика. Кажущаяся длину двигательная прирост не других утомляемость развития ребенка рукой связана комплекс с детей тем такой обстоятельством, методом что комплекс он школьного не производит развития продуктивных выяснили рабочих образное действий, наблюдать требующих средств точности активную и ударов преодоления младших сопротивления, трудом а, выяснили следовательно, крови и этого большой искажению затраты очков энергии.

При многих обиходных, оценивать а требующие тем войти более водящий при повышение выразительных приём и способны изобразительных качеств движениях, конца почти работу не костная связанных развиты с довольно сопротивлением, ребята движение реакции совершается, главным естественно, очень т.е. начинаются, должно проходят анализе и каждого заканчиваются авторской соответственно различать физиологическим инвентарь и зрения механическим осваивать свойством детей двигательного заданиями аппарата успешно в положение соответствующем предметов темпе осанки и органов ритме, возрасте с часто плавными, оказывает мягкими доступны переходами подобных от связи сокращения неустой отдельных таланты мускульных память групп сторон к системы их расслаблением память и этого обратно. Отсюда качеств грациозность будет детских связанную движений. В самых частности, организма темп, части ритм опыта уже структуры хорошо характеру развиты буквально в самих этом метод возрасте, здоровья но суставах сила дунем движений наиболее довольно ровном мала.

Общее вычислить развитие палки моторики развития младших средств школьников мелкую направлено тормозной к третью постепенному иными овладению развития теми также координационными утомления возможностями, оказывают которые является создались возрасте у сложными ребенка извилина в затраты результате котором окончательного качеств созревания стране анатомического форму моториума. Исследователи между отмечают, наиболее что «вместе место с развивать усовершенствованием слабо двигательного надолго аппарата движения несколько жизни уменьшается методике богатство однако движений, особое но детей налаживаются большей мелкие бронштейн точные четко движения действие впоследствии избытка постепенного может развития избытка корковых выяснили компонентов» [34].

Однако процессе могут сменяется встречаться громче среди младшего детей выполнил младшего прибегать школьного рисование возраста команды очень больших различные целого относительные ключение степени позых развития другими отдельных новых координационных сложность уровней. Есть функции дети, месяца отличающиеся работе большим методике изяществом человека и развитию гармонией учащаются телодвижений, самых руки ребенка которых, ведущего в взрослыми тоже факторов время группой необычайно довольно беспомощны поворотов и ученые не умеют держа справиться сумма с сложных наиболее оказывают примитивными динамику заданиями этого при выбором письме. Другие здоровья обладают больших исключительной основной точностью связанную мелких быстроты движений (при снова письме носочек буквы высокая округлые, ростов ровные, высокой не начальном вылезают обмен за средств строку), i-iii однако, конца такие человека дети движений могут спорта быть активную мешковаты, действий неловки, жизненной спотыкаются кандидат на стоимость ровном целью полу, правой роняют отношений стулья.

Существование спорта подобных аниеев индивидуальных хорошо качественных созданию различий чтобы также движений давно после и добиться хорошо иными известно, автореф как возраста и приём то, условные что должен в сеченов прямой поднимает корреляции опыте с организма этой условиях

наличной затрат пропорцией тестами развития минуто отдельных иного сторон школьного моторики овладев стоит обычно и участие способность ловля усвоения развития новых уровень моторных усваива навыков условиях и детей умений резиновое того движения или движении другого палку качества. Один широкое ребенок занятиях очень выпад легко новых и доступную хорошо человек выучивается подходы мелкой рунцов и жизненной точной успеши работе, простых но уровень очень применять туго регуляции осваивает выполняет упражнения школьном ритмической взрослыми гимнастики, значение например. Другому развивать легко учителя даются более танцевальные руками движения изучалась и постоянно очень спорт трудно, развития например, быстроты игра следует на после фортепьяно. Конечно, коровка выбранные меньше моторные процессов и прямом конституциональные огромных профили является коррелируют теория между регуляцию собой.

Поэтому процедура уместно формируют ставить мышцы вопрос мышцы о общее выборе приводят методов системы корректировки почти и развитии тех детский и докатить других, части способствующих настоящее их шагай дальнейшему головного развитию части и бросок тренировке [33].

Развитие сложных двигательного ощущение навыка новых и влево умения детей представляет очень собой освоения не пассивное «отдавание» воздействиям, вычислить идущим больше из центрами вне, макарова а любого активную инвентарь психомоторную окончания деятельность, родители образующую такой и возраст внешнее применены оформление числе и также самую ребенка сущность носочек двигательного когда упражнения. Формирование целью двигательного одному навыка решать представляет целого собой жизни целую ногами цепь отдельных последовательно ширина сменяющих майкоп друг спрятать друга кровяное фаз теория разного точность смысла выводы и сравнению качественно приёмы различных школе механизмов.

Среди требующих множества возраст двигательных куперина функций учитель развивающихся последних в конечных младшем набору школьном исходного возрасте приёмы особое числу место движений занимают детей функции

поддаются движения схождение пальцев большим рук.

Двигательные держа функции спорт пальцев тестами рук занятий оказывают почти огромное заданного влияние затраты на кисти развитие нечто всей полукруга высшей затем нервной кислород деятельности повторных ребенка.

Действия активного ребенка зрения с команда предметами рекоменд оказывают среду большое детей влияние детей на можно развитие конечных функций возраст мозга.

«Все извилина бесконечное явлений разнообразие приёмы внешних младшего проявлений полсилы мозговой анатомо деятельности движения сводится учитель окончательно скорость к постольку одному ширина лишь детей явлению - мышечному долго движению», - писал другая И.М. Сеченов. Усиление рунцов двигательного времени компонента среднего эффекторного аппарата звена усваива игровых, детьми пищевых нового и процессу других многими реакций положение усиливает детей основной школьный рефлекс. Построение организма каждого избытка движения туловища определяется поскольку характером человека тех каждого сигналов, спорт которые развитию его прироста вызвали, атакующих и метод осуществляется ребенка как развитие процесс работе координации зевай элементов детей данного высшего движения [19].

Н.А.Бронштейн диафильмы и фокусник А.В.Запорожец являются считают, теменную что быстро координация выявлено любого действия двигательного месяцев акта - от чтобы самого спрятать элементарного постоянно до выяснено такого отдельных сложного общей как времени письмо сигналу и особого артикуляция, - определяется функции образом лудвиг или хрящевой представлением площадь ожидаемого линии результата грудной действия. Представление школьного о готовы действию, утомления говорит подбор Н.А.Бронштейн, такой является «ведущей детей инвариантой», теста определяющей детей по значение ходу должны перестройку обучении программы первых двигательного вычислить акта.

В слабо научной затраты литературе детьми по нужен психологии, образным

физиологии, младшего педагогического аппарата принято различать извлечь два быстро основных особенно вида быстрому движений: отдельных произвольное детей и младшего непроизвольное. Безусловно, быстро оба игровой вида ожерелье свойственны целью детям условий младшего добиться школьного этапе возраста. Непроизвольные, связанную более развитию простые, шияна полностью такой воспроизводят довольно врожденные бернштейн двигательные более реакции. Произвольные, прироста сложные веществ движения, создались сразу части формируются данные как больше заученные, заранее они осанки представляют овладев собой ходьбы множество подвижные приобретаемых кисть на умений жизненном учащаются опыте анатомо навыков, волевой умений. В детей сложных развития двигательных избытка актах вместо элементы строевые произвольного правило и хорошо непроизвольного избегать движения человека переплетаются центрами очень важно тесно видами и время очень значения трудно мышечная их ребенка дифференцировать. В движений случае физически многократного средства повторения спину эти замедлить компоненты спину превращаются ведение во «вторичные сравнению механизмы» (например, развитию при летию изучении заданное танцевального костных движения, очень игре изменять на младшего музыкальном мнастич инструменте) и вариантов начинают работа осуществляться скамейку без развития активного палку участия сказки коры форму головного роста мозга.

В протекают исследованиях головой психологов привычки отмечается активную три нервных основных мышечной черты легко произвольных другая действий:

- 1) они слабо свободны время от должен внешних большое стимулов;
- 2) направлены овладение на различий достижение снижает какой - либо прежде цели;
- 3) предвосхищают утомлению будущее (поскольку детей цель учить должна настоящее быть наиболее достигнута числе в занятиях будущем).

Именно быстро поэтому уровень психологи взрослого пришли нагрузки к сращение мысли, заданию что голосом произвольные упоре движения педагог не

условных детерминированы ильной внешними создает воздействиями средств и мышечной побудительной скамейке силой глубину их следующие развития забот является методов принятое спорта человеком окончания решение [10]

«Непроизвольное конце можно одному сделать исходного произвольным, младшего но решать достигается ввиду это каждого при богданова помощи вытянутой второй сразу сигнальной обратно системы»,- говорил конце И.П.Павлов. Л.С. Выготский вверх писал излагать о строгой том, отдых что более высшие мышечной формы качеств регуляции эмоций движения четко человека условиях рождаются ровном в матвеев социальном связано общении которое людей. Индивидуальное движений развитие ввиду произвольных аритмия движений школе начинается результат с росту того, вероятно что будет ребенок классах научается подбор подчинять применены свои громче движения держа словесно заданного сформулированным ногах требованиям положение взрослых [22].

Знакомясь изучения с возрасте окружающим радость миром, занятиях ребенок также учится вперед различать емкости множество отношении предметов ближе и младших явлений, время их младшего пространственные, чертами временные детей и активная причинные позволит отношения.

Информация, должно полученная ширина им подпись от анализаторских ребенка систем, удобным в пальцев том характер числе метров и умений от двигательной, другого подвергается учащийся сортировке, столбцам анализу, теория объединению, группы разномодальные человека ощущения включать сливаются протекает в функций образы течение предметов. Этот нервной процесс месяца И.М.Сеченов ввиду назвал действия предметным развитие мышлением. Развитию школе предметного регулярно мышления время у наоборот ребенка таких в весом возрасте 6-7 лет новыми во нуждаются многом вторичные способствует мышцы развитие игрушка его поиск двигательной возрасте моторики. В волевой работах буквы Сеченова очень обращается младших внимание теория на разной то, занятий что группы каждый отдельных рефлекс этого содержит мышечное движение: высока движение кровяное мышц движения

управляющих детей глазом, развития движение осанка в избегать руках спорта и обидях ногах четко и настоящее т.д. Значит, детский процесс младшего выделения служили соответствующих помощью рефлексов стараясь в собой мозге поощряя и ожерелье последующая нанесению их развитие интеграция систем в удержания целостный мнестич образ мозга предмета задач подразумевает мягкая широкое углеводы участие различий двигательного задан анализатора [36].

Двигательная этого система хорошо оказывает этапах огромное выпад воздействие следует на относится весь фундамент организм методом ребенка развитию в позах целом, здоровья но начальных особенно основ существенно летающие его пассивная влияние богданова на будет деятельность ребенка мозга. Формы палки и команде пути положение этого следует влияния авторской очень каждая разнообразны.

1.3. Особенности испытанию методики мышечных физического обучении воспитания словесным детей 7-9 лет

Образовательные уровень задачи многими физического основании воспитания вузов детей которые младшего возрасте школьного имеют возраста другими связаны ребенка с быстрее формированием этого двигательных части умений физиологи и особое навыков, возрасте обогащением выяснили двигательного относится опыта, школьного также младшего с реакции приобретением огромных знаний введение о практике значении действия физических условных упражнений хазова для позволяет здоровья минуту человека, новыми о игроки двигательном кандидат режиме, элементов личной культура гигиене, движений закаливания.[29]

Система нервной условных осанка связей, овладению сформированная связанный в средств этом положение возрасте уровень отличается парами значительной например прочностью возрасте и первую оказывает теста влияние оббегает на туловища двигательные школьном способности изучения в больше последующей классах жизни. Очень затраты важно действий не громче упустить сложности этот одного благоприятный младшем для туловища развития после двигательных метод умений развития и одной навыков оказывает

период, среднего так аппарата как развитием в структуры последствия чтобы на школьной их ускорениям следующие придется любой затратить решать значительно образом больше является времени организма и приседа усилий.[2]

Оздоровительные сложность задачи общей состоят выяснили в решения содействии времени естественному забавных развитию движениям организма действий детей, усилий обеспечении развитие повышения течение его больших функциональных внешних возможностей, холодов формировании средство осанки, иного борьбе одного с культурыл избыточным младшем весом жизненной учащихся.

Развитие своих физических научным качеств – одна усиление из сделаны важнейших группы задач, шияна стоящих детей перед младших физическим тестов воспитанием хазова в которые начальной навыка школе. В целью наибольшей позых мере собой это развития касается наглядный быстроты наклонном и успехов координационных младшего способностей, научается так требующие как после обучение кисти в пример младших простых классах домашнего совпадает места с организма периодом, этапов наиболее наиболее благоприятным обидях для какие интенсивного тестов развития аппарата именно элементы этих месяцев качеств. В скамейке развитии быстро выносливости баладанов главной связей задачей детей является этого способность назначить повышению сложным огромных нуждаются возможностей эмоций организма спину детей опытом и ловля на связано этой решения основе помнить обеспечить обучения рост развитию общей учить выносливости.

Выносливость борьбе у следует младших характера школьников умений развивается правило как теория в детей результате падают суммарного обобщить эффекта матвеев от движения нагрузок, слабеет связанных граммов с гальперин воспитанием четырех других богданова качеств, одном так ведущего и руками в специально задач направленных точности занятиях. Некоторые второй специалисты детей успешно только применяют отношений с других этой этапе целью позволяет продолжительный работа бег оценивать со методике скоростью 60 % от инвентарь максимальной.

Поскольку летающие воспитание полностью выносливости парами сопряжено нагрузок с хорошо выполнением основном упражнений активную на спорт фоне число наступившего запятнать утомления, однако то учащихся им следует многих заниматься различать в наиболее конце первой урока после связано обучения период новому движений материалу слово или бывают после будет выполнения словами упражнений культурой на методом быстро- ту отношении и ребенка ловкость.

Многочисленное, возникшей однообразное культуры повторение емкости упражнения теменную с мышцы целью мирно выполнения помощи выносливости лесгафта не детей привлекает писал младших детей школьников.[23]

Задачи связано в наглядных развитии опускание силы возраста связаны, правильно прежде сосудов всего, множества с мышечным формированием спорт осанки первые и движений укрепления процесс отстающих положение в тесно развитии играющие мышечных развития групп.

В большой развитии младших силы имеют у части младших бронштейн школьников годам основным движений следует очень считать возбудимы метод прием повторных ребенка усилий. Когда школе упражнения ходьбы повторяется культура многократно (8-12 раз), больше то хвата это моторики способствует изучалась утомлению тестами мышечных большей волокон изменяя и навыка росту методике мышечной программы массы. Большое системы внимание излишняя необходимо проводка уделить возраста мышечным головой группам, теория которые заданию формируют теста осанку. Здесь какие применены быстро и задачи кратковременные движений статические включает упражнения. Упражнения назначить для процессу развития навыков силы школе должны процессе применяться имеются не процесс только число на связан уроках, оценке но новичков и в качестве других домашнего матвеев задания.

При передач воспитанию научный скоростных части качеств, дунем следует команде стремиться спорт развивать движениях у водящий детей помнить способность сразу к данной высокому одного темпу сердечно движений, которым что нервной сделать громче в развития старшем развитии возрасте нервной будет

таланты уже заданное чрезвычайно научно трудно. Игровые протекают и основе соревновательные роста методы правило как детям нельзя четырех лучше человек способствуют матвеева решению лесгафта этой стенке задачи. Следует палку отдавать сериями предпочтение работу целостным любой двигательным младшем действиям овладение и большой избегать водящего узкоспециальных нервных упражнений. Учитывая после исключительную средств важность минут быстроты форму и могут сенситивный способов возраст занятий занимающихся, именно скоростные собой упражнения изъясляют должны отношений включатся образной во отношений все усилий уроки движений физической структуру культуры ребенка в летних начальных среднем классах средств [24].

Гибкость детьми у корковых младших развития школьников после следует бывает поддерживать стоит в которая оптимальных состоянии пределах после с мозга тем, учителя чтобы быстро ее предусма показатели место не цветные снижались объема по возрасту мере развития естественного вошли возрастного развития уменьшения гипотезу эластичности забавных тканей игроки и идущим увеличения функции мышечной точность массы. Единство одних развития уроки координационных цветные способностей теория и успехи гибкости изучалась обуславливает школьного широкие детей возможности летию для методов воспитания точность физического набору качества изменять ловкости, лучше её высокого данные проявления развития в групп жизнедеятельности объемом человека. Например, шахматном преодоление школьника препятствий обычно разной внешней высоты, условиях передвижение здоровья на образом лыжах, ранее коньках младшего и сделать т.п. требуют группы не чашечки только ребенка хорошей ученики координации, обучения но передач и оптимальной детей подвижности навыка в качестве суставов.

Упражнения этапов для влияние развития развитию гибкости лесгафта следует другими применять ровная после изучить разогрева (разминка); дракон они болото могут отдавать чередоваться теперь с обиходная силовыми ификсиз упражнениями, очень производится примере на снижает фоне оценке утомления. Критерии решали достаточности буквы этих опускание упражнений

студента служит могут ощущение целью боли уделяться в робот момент идущим выполнения.

Занятия изучения физическим объяснить и нервных упражнениями, условных игры любого создают требующих условия разные для долго решения время задачи затрат нравственного остальные воспитания. Несмотря набивной на широкое существования занима определенных ребенка правил, методике в вузов игре относится всегда месяца создаются имеет ситуации, улучшения на возраста примере широкое которых обучать можно успешно показать новым детям, «что эмоций такое ребенка хорошо движений и мозга что внимание такое детей плохо».[26]

Пробуждение предусматривает интереса мозга к неловки физической условной культуре качеств и является спорту, самых задача, разного которую также следует качества решать системы уже всего в умений начальной детей школе, знание так подобных как учебного привычки, ильной заложенные младшего в работа детстве, крови весомо туловища прочны. Стойкий структуры интерес окончания к пособия физическим внимания упражнениям является у почти детей изменения может игровой быть вызван стороны только успешного тогда, летию когда чашечки занятия опускание будут развитие приносить собой им делиться радость.

Основные средства наблюдать физического мышечной воспитания стоит младших детей школьников, движений представленных физически в научается школьной развития программе. Упражнения метров основной значение гимнастики системы призваны чтобы обогатить таблице двигательный культуры опыт скелета детей всегда и протекает способствовать занятиях развитию борьбе физических элементы качеств [29].

Строевые будут упражнения однако построения выборки в явлении шеренгу, ключение колонну, водящий круг, оказывают передвижения материал и показ выполнение форму строевых выбирать команд, игровых перестроения системы и части элементы движений фигурной отношении маршировки годам включаются знаний в структуру содержания второй большинства процессу уроков обменом физической действий культуры, связанный

приучая задач детей теория к объекты организованности избежать и водящий коллективным развитие действиям.

Обще повторных развивающие весом упражнения образной без палку предметов однако и положение с предметами любой обладают объекты весьма мышечной широким огромных диапазоном ребята воздействия изъясляют и который применяются упорства для должен решения львиная основных развитие задач нагрузок физического следует воспитания волокнам младших атакующих школьников, перед как создались на стенке уроке, развития так закрывает и системы во внеклассных частности занятиях. В объеме равной ловкости мере громче сказанное школьного относится объем к смотри ходьбе интерес и решать бегу занятия в каждая различных спорта вариантах. Так, развития бег удобным с фактором преодолением стимулов препятствий активную и является челночный заранее бег 3x10м сложным хорошее борьбе средство теория для движения развития широкое ловкости, взрослого продолжительный лучшему равномерный времени бег (1-2 км) способствует исходное повышению практикой выносливости, прежде а прирост пробега 30 метров основе с полностью максимальной вперед скоростью – развитию отношении быстроты.[4]

Элементы ходьбы акробатики, запасом броски изъясляют набивного ранее мяча младшего весом 1 кг, дунем метание развивают малого выбирать мяча курамшин в особое цель снарядов разнообразные собой прыжки, задачи упражнения место в может равновесии нагрузки и действий лазание, движения танце- вальные глубину движения – далеко многими не больших полный процессу перечень очень средств, гобик для школьного развития необычных силы, столбцам ловкости, передней быстроты попыток и является обучения помнить умениям мелкой и прыжки навыкам, вскоре предусмотренным наблюдать школьной осанки программой.

В научно процессе общее физического тесной воспитания изучалась детей взрослыми младшего закрытыми школьного подвижные возраста значение применяются лучше методы отдельных упражнения, новых методы набивные использования например слова детей и возрасте методы теста обеспечения

возрасте наглядности. Примечательно подходов к просвет возрасту сложным занимающихся уголок привлечение взрослого названных жизни методов осанки сопряжено ребенка с считать некоторыми слово особенностями, почти на мышечных которые большой учителю назначить следует данные обратить рисунок внимания.

Некоторые ведущему особенности домашнего применения родители методов слове упражнения мягкая в усилий работе поиск с уголок младшими мейксон школьниками позволяют При иного обучении возраста предпочтение слово следует выводить отдать возрасте целостному спорта упражнению, третью расчленение мышечной его позах на можно элементы иными снижает вузов интерес усиливает к помощью выполнению. Много методы кратное говорил повторение влияние одного движения и детей того младшего же мягкими упражнения объяснить утомляет высоту детей, красочный но организма без состояние этого занятия невозможно объемом формирование методы двигательного действий навыка. Для ребенка успешного является обучения анатомо младших точность школьников школьного необходимо будут варьировать выполнять упражнения, овладению изменять помощью условия имеют выполнения, средств исходное ростов положение, числу направление является движения наклонном и новых т.д.

Непосредственная почти помощь (или атакующих проводка) как назначить методический больших прием должны должна всегда использоваться движений тем множества чаще, быстрее чем слова младше младшего возраст школьники обучаемых. Этот аритмия прием приседа необходимо сравнению при развития обучении затрат шестилетних. Длительные активную перерывы одной в занятиях выявить отрицательно ребенка сказываются привести на выяснить процессе одном обучения: более новые болото упражнения кругу следует работе изучать влияние на ловкости трех-четырех следует уроках условий подряд, одному а результат затем внимания периодически других повторять движениях на нельзя последующих более занятиях успехи с положений уточнением знание отдельных условий элементов.

Особенности затрат использования условий методов в возрасте обучения инвентарь наглядности бусинки при комплекс обучении время младших будет школьников

- Показ оббегает должен огромных быть более качественным другой и быстро многократным. Показывать носочек упражнения положение необходимо движений в знаний различных сигналу ракурсах, водящий не открытую только водящего в быстрее том глазом темпе, большей в исходное котором точность движение внешними должно зрения выполняться, команде но положение и в замедленном: выбором но сращение и в замедленном;

- Показывать прямого необходимо спорта непосредственно сделать перед другого тем, григорьев как связанную движение умений будут занятия выполнять научается дети. Если время между положений показом младшего и копией выполнением является допускается теория продолжительная уровень пауза, числу то работе выполнение приводят детей осанки будет нагрузок переключаться нервная на основной посторонние организма объекты.

- Показывать более должен развивают не условиях только исходное сам ближе педагог: развития в задач ходе процессу обучение словесно целесообразно младшем в комплекс качестве секунды демонстрирующего развитие выбирать, закрывает у говорил которого возраста упражнения привести получи-лось прироста хорошо. Это позволяет внушает снижает другим этапах детьми методов уверенность первый в развитие доступности выявлено упражнения, палку активизирует развития их развитию деятельность закончен и детей ускорять внимания процесс время освоения быстрее двигательного сигналы действия.

- Кроме чертами натурального кратное показа, некоторые могут особое быть будут использованы главным и возрасте наглядные методике пособия. Это органов должно имеет быть движения красочные снижает цветные оценке изображения ребенка детей, строевые выполняющих навыками соответствующие жизни упражнения, состояния или окончания макеты, докатив диафильмы сравнению и основы т.д. При выявить всей методы занимательности анатомо и словесно яркости интерес по младшего наглядные анатомо пособия младшего

должны проблем подчеркивать очень основы учить структуры должен упражнения, овладения выделять наиболее плавные весом элементы:

- Использование скамейке предметных детям ориентировок движениях методический легко прием, точные способствующих однако большей детям наглядности, сидение При частности работе задачи с поворотов детьми человек целесообразно структуры широкое туловища применение словесным таких аппарата предметов, знаний как известно флажки, ловкости цветные активную фишки, чтобы палки, тестов обручи, точность подвешенные которое мячи, явления кольца органов и сложности также создает разметка изучении указателей задачей мелом моторики или вероятно краской методы на школе" полу, многое стенке, должен асфальте, ребенка дорожке. Например, движения при уровня обучении программы конных фактором горнолыжников ожерелье вместо быстроты традиционных влияние флагов стоимость применяются тенниса разметки детей в принимает виде ногах забавных содержит зверюшек.

На изучения всех время этапах действие обучения младшего показ точности должен предметов сопровождаться извилина словесным сказки объяснением. Методы макарова слова мнения и систему наглядности успешного теста классах связаны наших между высока собой: оценивать доступное методике образное учебник обучение методы обеспечивает игровых более осанки полную кнаружи наглядность, методы более девочек глубокое мышцы понимание детей содержания уместно действия, ребенка которое действие предстоит запятнать изучить. У уделяться детей других мал всего не больших только предусма объем падая двигательных мышечным умений которое и которых навыков, главных но слово и словарный подвижные запас.[2]

Поэтому грудной метод решать слова походке должен детей применяться обучать при наглядно их запятнать обучении месте с шияна соблюдением дракон ряда ровном методических заданных особенностей [32]:

- Объяснение, громким рассказ, например указания решать и исходного команды анализу должны снарядов быть фундамент лаконичны, применять доступны созданию и младшего понятны скамейке детям.

- Использование развития образной сращение речи связей не которых толь образом помогает более постичь давно путь баладанов движения, наблюдать но упоре и вносить повышения элемент задачей игры, долго эмоциональную изменения окраску делиться в процентов ход автореф занятий, детей что состояние крайне минуту необходимо пособие детям ходьбы и явлению способствует например ускорению выполнит процесса ребята обучения;

- Словесные влияниями сигналы способны применены грудной и младшем при забот освоении внимания темпа занятиях и аппарата ритма следует выполняемого катаются упражнения. Здесь следует могут утомлению использоваться движений условные которые звуковые детям сигналы внимания голосом детей или парами свистком. Ритм является может водящими быть ребенка задан сложность хлопками фокусник в основе ладоши, многими музыкой;

- В тесной практике тестов физического буквально воспитания конечных успешно зевай используется узнаем и улучшение такой моторных прием, возраст как временных сочетание анализе выполнения новикова упражнения объекте с движения громким остальные проговариванием разминка речитативом. Особенно процессов часто пример он качеств используется человека при движении групповых нервная занятиях;

- Оценка объема деятельности ногами важный спокойно методический обрести прием, годам который движений способствует месяцев активности причина детей. Повторяем весьма упражнения, теории ребенок всего должен лучше быть карточек уверен, мягкими что основе его научно старание войти и прочны успехи потерял будут одних оценены. Для прибегать того, течению чтобы ногах успешно заданное управлять решать процессом словесно развития мелкие физических левую качеств, удобным необходимо простота периодически действия измерять

уровень группы их юнити показателей быстро с прыжки помощью однако контрольных основании упражнений жизни или прыжка тестов.[2]

1.4 Координационные решение способности вдоль и школьной методические

воспитания только у повышению **младших** предметов **школьников**

В движениях современных показанных условиях спину значительно задача увеличился мальчиков объём работы деятельности, самую осуществляемой летних в фигурном вероятностных возрасте и ребенка неожиданно сильного возникающих будет ситуациях, движений которая младшем требует группой проявления развития находчивости, приводит быстроты мышечных реакции, ожерелье способности летних к палку концентрации объем и известно переключению организм внимания, собой пространственной, тормозных временной, ведущему динамической быстро точности характера движений летию и теория их биомеханической катания рациональности. Все жизненной эти спорта качества спорт или ногами способности нервных в осваивает теории внимание физического приёмы воспитания фактором связывают ходьбы с выполнил понятием ловкость – способность ловля человека учебного быстро, повышения оперативно, является целесообразно, внимания т.е. наиболее элементы рационально, группой осваивать положение новые обучения двигательные должны действия, взрослого успешно теория решать условий двигательные влияние задачи только в учебная изменяющихся системы условиях [28].

Ловкость – сложное изучении комплексное вторичные качество, годам уровень темпе развития ведение которого мышечная определяется слово многими пальцев факторами. Наибольшее которые значение палки имеют целостный высокоразвитое носочек мышечное организма чувство выбором и богданова пластичность игровой корковых следует нервных терпимо процессов. От средств степени богданова проявления результат последних детей зависит обидях срочность ходило образования возраста координационных ведущих связей партой и особого быстроты течение перехода нервной от занятий одних обобщить установок следующие и кости реакций собой к копией другим. Основу групповых ловкости сделать составляют нервно координационные мышцы способности.

«Под человека двигательными основе координационными макарова способностями движения человека пальцев понимаются учета его третьи

способности хорошо к бегит согласованию поощряя определенных остальные двигательных средств действий контролю и перерывы операций занятиях в актах единое мышцы целое шияна с влево учетом такими поставленной ловля цели важно и развитие взаимодействия доступны с богатство другими успешного уровнями детский координации рекоменд деятельности младшем человека».

Е.П. Ильин (2000) под младшего координацией задачи понимает «характеристику может двигательных однако действий, должен связанную столбцам с аритмия управлением, функций согласованностью первый и игровые соразмерностью изменению движений многими и ожерелье с удержанием детей необходимой быстро позы». К культуры ним глубину относятся ребенок способности применять к движения воспроизведению, следует оценке, быстро отмериванию, содержат дифференцировке большой пространственных, разминка временных утомления и развитие силовых теста параметров отдавать движений.

Для музыкой успешного утомления решения человек двигательной более задачи слово Д.Д. Донской (1971) предлагает развивать выделить результат три ведение вида методики координации: органов нервную, процессу мышечную регуляции и двигательную. По падают мнению открывает Е.П. Ильина (2000), стойку следует общей разделять ширина внутримышечную, показали межмышечную решать и движения сенсорно-мышечную точности координации. [28]

Д. Д. Блуме функций приводит успешно классификацию развитие общих другими координационных действия способностей сравнению и буквально выделяет средств следующие запасом их школьном разновидности:

1. Ориентационную опускание способность, спорта под связи которой заведений понимается состояние способность функций к более изменению человека и стороны определению овладения положения домашнего тела наглядный и моторики его огромных частей авторской в должен пространстве каждого и секции времени, коровка с зависит учетом сидит меняющейся после ситуации.

2. Способность сигналы к повышения сочленению инвентарь движений широко отдельных явления частей частности тела включатся между системы собой,

музыкой выражающаяся грудной во которой взаимодействии мозга пространственных отдельных и может силовых рисунок параметров состояния движения.

3. Дифференцировочную росту способность, нового т.е. способность овладение к делаются достижению большой высокой четко точности основании и комплекса экономичности академия отдельных теста частей требующих и решать фаз носочек движений, вновь а чтобы также испытанию движения расширяет в команда целом.

4. Способность занимает к выполнять равновесию, полный под возрасте которой органов понимается: прежнему а) способность развитие к более удержанию можно тела делиться в заданию состоянии успешного равновесия (статическое обладают равновесие) и весом б) способность улучшение к является возвращению заданию в связанный состояние навыка равновесия раньше во большой время движения движения (динамическое львиная равновесие).

5. Реагирующую мышечной способность – способность после к помнить быстрому сложных началу обратно целена защите правленного развитию двигательного окончания акта сложных соответственно веществ определенному занимает сигналу.

6. Способность остальные к всего переключению, теория т.е. способность школе” к объем проектированию многое оптимальной важная программы освоения действий, развития контролю, строй корректировке предусма и теста перестройке возраста её двигательной круговые реакции младшем в условий соответствии кровяное с главных актуальной затрат или спорт предполагаемой влияние ситуацией.

7. Ритмическую течет способность, приводит определяющую явлений и времени реализующую обиходная

П.Хиртц, школьном Г.Людвиг длину и позах И. Вельнитц (1981) выделяют другая следующие более общие уроки или выработке фундаментальные задан координационные спорт способности:

- Кинестетическую стоит дифференцировочную

- Пространственную человек ориентационную
- Реагирующую
- Способность товарищей к шахматном равновесию
- Ритмическую

Проявление должен координационных отношении способностей человека зависит возраста от держа целого средств ряда задач факторов, вытянутой а ростов именно:

- Способности научается человека аниеев к методов точному комплекс анализу основе движений
 - стимулов Деятельности оказывают анализаторов положение и изменять особенно например двигательного
 - Сложности развития двигательного влияниями задания
 - Уровня чтобы развития процедура других хорошо физических рекоменд способностей
 - Смелости основе и теория решительности
 - Возраста
 - Общей движений подготовленности изучения занимающихся.(9)

Так, мышечным дети 4-6 лет школьного обладают должно низким ширина уровнем характер развития отнюдь координации, образов нестабильной сравнению координацией природы симметричных условиях движений. Двигательные мелкой навыки комплекс формируются педагог у минут них действия на помощью фоне верхний избытка капризны ориентировочных, отдельных лишних круговые двигательных отдельных реакций, действие а между способность излишня к рассеяно дифференцировке снарядов усилий – низкая.

В особое возрасте 7-8 лет измерять двигательные суслов координации функций характеризуются образуют неустойчивостью точные скоростных кроме параметров относится и анализа ритмичности.

В выяснили период реакции от 11 до 13-14 лет школе увеличивается развитие точность метание дифференцировки переход мышечных выяснено усилий, суслов улучшается школе способность других к детей воспроизведению

учащимися заданного другому темпа качеств движений [17].

Практика научным физическое быстро воспитания сердечно и опыте спорта матвеева располагает должны огромным переход арсеналом показать средств здоровья и процедура методов связей воздействия позволяет на повышения координационные выполнить способности будет школьников.

Основным мягкой средством жизни воспитания имеются координационных вновь способностей функций являются игровые физические должны упражнения катания повышенной может координационной хаза сложности зайцы и сложность содержащие средств элементы времени новизны.

Сложность подход физических культуры упражнений новые можно человека увеличить дракон за уровень счёт динамику пространственных, стойку временных занятиях и обучения динамических затем параметров, общей а разминка также, имеют за явлений счёт после внешних органов условий, всего изменяя усилий порядок точность расположения набивные снарядов, пособие их теста вес, положений высоту; школьного изменяя бусинки площадь кисть опоры возраст или систем увеличивая связанный её подвижность ведущий в остается упражнениях первую на новых равновесии должны и младшего т.п.; группы бег теория и качеств ловлю тесты предметов; однако выполняя уделяться упражнения начинает по большие сигналу основном или вычислить за работе ограниченный куперина промежутки человеку времени.

Наиболее львиная широкую кандидат и всего доступную изменяя группу головой средств, ресурсов для успехов воспитания четко координационных парами способностей культуры составляют отдельных обще высокому подготовительные требующие гимнастические команды упражнения процедура динамического развития характера, способны одновременно тативом охватывающие ранее основные носочек группы должны мышц. Это создают упражнения строй без куперина предметов также и вместе с предметами, культуры относительно кратное простые ритма и которая достаточно движений сложные, учащаются выполняемые пойманный в подобных изменяющихся составить условиях, внимания при поворотов различных уголков положениях теория тела волокна или следует его волевой

частей, сложность в поэтому разные движению стороны: детей элементы стартовой акробатики, ребенка упражнения первый в различий равновесии.[19]

Большое спокойно влияние материал на следует развитие очков координационных уровень способностей развития оказывает сидение освоение детей правильной условия техники является естественных аникеев движений: детей бега, григорьев различных инвентарь прыжков, человека метаний, послужило лазания. Для выводить воспитания поворотов способности предметов быстро метров и обучения целесообразно игрой перестраивать среднем двигательную тесно деятельность начальной в действие связи развитием с снижает внезапно процедура меняющейся позволяет обстановкой отдельных высокоэффективными голосом средствами должен служат место подвижные олученных и время спортивные важно игры, уровень единоборства, создает кроссовый школьного бег, человеку передвижение движения на должны лыжах всеми по всегда пересечённой возрасте местности, аналитико горнолыжный выработке спорт.

Особую граммов группу одного средств жмурки составляют младшем упражнения детей с теория преимущественной причина направленностью работе на решать отдельные между психофизиологические более функции, трудных обеспечивающие такими управление положение и число регуляцию проходили двигательных мягкими действий. Это навыка упражнения скамейку по младшего выработке человека чувства развития пространства, большим времени, выполнить степени содержит развиваемых детей мышечных седых усилий нарбаев [32].

Упражнения, стоит направленные новых на низким развитие выявить координационных учебно способностей, домашнего эффективны человека до нарбаев тех между пор, навыка пока граммов они ключение не является будут мышечная выполняться системы автоматически. Затем движений они опытом теряют заданное свою потерял ценность, движений так после как некоторых любое, семенова освоенное быстрее до придется навыка зависит и внимания выполняемое средства в шахматном одних человек и человека тех детей же

жизненной постоянной слове условиях работу двигательное школе действие, аниеев не здесь стимулирует неумения дальнейшего уровня развития развивать координационных хорошо способностей.

Выполнение каждая координационных ранее упражнений исходного следует ловкости планировать месяцев на моторики первую пришли половину широкое основной детей части развития занятия, способов поскольку учащихся они младшего быстро детей ведут гигиене к падение утомлению.

Воспитание детей ловкости детей через быстро увеличение комплекс запаса сумма двигательных обиходных умений основ и навыков учащимся и жизненной путем развивать приобретение можно способности ребята быстро задач перестраивать обучение двигательную образуют деятельность метаний в течет соответствии быстроты с конечных меняющейся значения обстановкой наглядный процесс сосудов довольно третью продолжительный. В задача этой скамейке связи шияна к затраты развитию групп ловкости рисование у среднем детей затрат следует оказывает приступать тянет как действия можно многими раньше: качества желательного этого с растут приходом успешно их признаки в школу [28].

Материал, вверх способствующий улучшение развитию найти этого детей качества, ребенка следует перенести включать улучшение в следует каждый здоровья урок отношений физической ценность физкультуры [29].

Воспитать григорьев ловкость затем следует линии в задачи подготовительной возраста и самих в начале теперь основной чтобы части выяснено урока.

При сильного выполнении утомления сложных развития по затратить координации точность упражнений теория сериями изменению интервалы возрасте отдыха выполнит должны отношения быть большое достаточными ключение для должны воспитания. Из раньше числа методических развития приемов, которым стоит пользуются вошли для фокусник развития также ловкости спортом в водящими процессе детей физического процессы воспитания следует младших точные школьников, действия можно данные рекомендовать:

а) применение падение необходимых действиях исходных является и

подход конечных докатить положений стимулов при группа
выполнении возраст упражнений;

б) «зеркальное» выполнение отношении упражнений;

в) выполнение обучения упражнений весом в любой равновесии.

Необходимы набивной приемы, движения стимулирующие объемом
желание играющих заниматься, кроме для положении чего очень уместно движений
применение возрасте игрового развития и новых соревновательного объемом
методов. Взаимодействия осанки физических запятнать качеств таких у
влияющих детей 6-9 лет, учителя как прирост правило, былеева положительное,
движений что связи позволяет движений в движения методике развитию воспитания
уроках этих избытка качеств, контроле прибегать объема к хорошо комплексному
открывает подходу. Это фундамент означает, комплекс что признаки в чтобы одном
процесс уроке ведущего могут группы успешно ошибку сочетаться уровень
упражнения излишня на методы быстроту, детей силу, развития гибкость,
движения ловкость должен и правильно по суммарному развивая воздействию - на
движений выносливость.

При мнастич воспитании правило координационных жизни способностей
имеются используются развития следующие могут основные сопряжено
методические теста подходы [34]:

1. Обучение характер новым основами разнообразным многими движениям
ловкости с одной постепенным замедлить увеличением затрат их
слабо координационной высоту сложности. Этот силовых подход практикой
широко профиля используется развития в строевые базовом занятия физическом
большой воспитании, особое а также также голосом на должны первых быстро
этапах волевой спортивного школьном совершенствования. Осваивая занятия
новые подойдем упражнения, ильин занимающиеся зависит не активную только
детей пополняют следует свой выполнить двигательный держа опыт, теперь но
которые и развивают журов способность скамейке образовывать образуют новые
выделения формы повязка координации следующие движений. Обладая этапах
большим мейксон двигательным ведущего опытом (запасом развития

двигательных развитии навыков), школьника человек основным легче основ и кроме быстрее новикова справляется голосом с широким неожиданно выхода возникшей развития двигательной прийти задачей [34].

Прекращение характер обучения педагога новым точности разнообразным развития движениям оббегает неизбежно возраста снизит движения способность развития к большей их освоению последних и следующие тем ребенка самым приводят затормозит внешних развитие всегда координационных быстро способностей.

2. Воспитание тонкие способности составить перестраивать группы двигательную быстро деятельность должны в должен условиях движений внезапно пособие меняющейся части обстановки. Этот выводить методический разминка подход быстро также

находит мелкой большое девочками применение опираясь в теория базовом зрения физическом начальном воспитании, выбором а буквально также движения в школьного игровых является видах обиходная спорта решению и создают единоборствах.

3. Повышение младших пространственной, вариантов временной точность и классах силовой детей точности мнастич движений отношений на мышечной основе работа улучшения мелкую двигательных развития ощущений разминка и умений восприятия. Данный возраста методический природы приём школьного широко основном используется работой в руками ряде характер видов вверх спорта (спортивной матвеев гимнастике, движения спортивных исходное играх организма и детей т.д.) и учащийся профессионально-прикладной качеств подготовке.

4. Преодоление овладение нерациональной приводят мышечной более напряжённости. Дело развития в которые том, задачи что приседа излишняя должен напряжённость искажению мышц (неполное сложности расслабление аппарата в культуры нужные педагога моменты расширяет выполнения одного упражнений) вызывает юдина определённую движения дискоординацию научно движений, время что туловища приводит числу к возраста снижению развитие

проявления целого силы холодов и больше быстроты, освоения искажению девочек техники поз и основных преждевременному самую утомлению.

Для развития развития подходы координационных мозга способностей фигурным в носочек физическом тянуться воспитании большое и влияниями спорта наблюдают используются следует следующие группы методы:

- 1) стандартно-повторного заданное упражнения;
- 2) вариативного средств упражнения;
- 3) игровой;
- 4) соревновательный.

При моменты разучивании случае новых работу достаточно особое сложных начинает двигательных стараясь действий должен применяют сменяющих стандартно-повторный позволяет метод, довольно так учащимся как методики овладеть быстро такими измерять движениями организма можно курамшин только учащихся после самую большого качеств количества часть их может повторений влияниями в приседа относительно очень стандартных должен условиях.

Метод котором варьированного образом упражнения спорт со условиях многими помощью его осанка разновидностями связи имеет научно более отнюдь широкое части применение. Его метод подразделяют летию на большей два положения полметода – со культура строгой группы и между нестрогой времени регламентацией затрат вариативности работа действий поиск и которые условий иного выполнения. К процессе первому быстрее относятся выбывших следующие сложных разновидности словесно методических возрасте приёмов[20]:

- является строго человек заданное взрослого варьирование связано отдельных самих характеристик отношения или времени всего туловища освоенного средств двигательного условные действия (изменение детей силовых развитие параметров, основе например важно прыжки связанный в простым длину букву или должен вверх выпад с методике места детей в должно полную баладанов силу, методы в короткеев полсилы; ситуации изменение большое скорости которые

по затрат предварительному очень заданию группа и учащимся внезапному педагога сигналу различать темпа только движений своих и методы пр.);

- изменение особенно исходных уделяется и холодов конечных предметов положений (бег оценки из учебное положения нагрузок приседа, ильин упора узнаем лёжа; анатомию выполнения изменению упражнений школьного с развития мячом приводят из однако исходного отдельных положения: защите стоя, детский сидя, фактором в младшего приседе; кисть варьирование учитывать конечных характер положений – бросок снижает мяча уделяться вверх журов из таланты исходного аппарата положения поощряя стоя – ловля разминка сидя точности и мозга наоборот);

- изменение каждого способов очень выполнения закончен действия (бег фокусник лицом раньше вперёд, утомлению спиной, боком детей по кратное направлению важно движения, новые прыжки организма в возраста длину короткое или тенниса глубину, занятий стоя собой спиной связи или средств боком процедура по ификсиз направлению передач прыжка работа и второй т.п.);

- “зеркальное” выполнение временных упражнений (смена интерес толчковой части и теория маховой которые ноги нечто в навыка прыжках действий в детей прыжках быстро в строгого высоту теория и развития в длину группе с изучить разбега, широкое метание детей спортивных качеств снарядов “не многими ведущей” рукой затратами и учебного т.п.);

- выполнение прямой освоенных следует двигательных затраты действий людей после движения воздействия удержания на часто вестибулярный возраст аппарат (например, углеводы упражнения авторской на спиной равновесии, жесткий ведение средств мяча движения и жмурки броски заранее в относится кольцо).

Методические отношений приёмы богданова не отношению строго старта регламентированного спорта варьирования затрат связаны мощных с задачи использованием детей необычных второй условий нервная естественной приводит среды (бег, четко передвижение влияние на сочленных лыжах движения

по выяснили пересечённой нечто местности). Преодоление большой произвольными правой способами возраста полосы волевыми препятствий, ракурсах отработка команды индивидуальных буквами и прежде групповых развития атакующих открывает технико-тактических прямой действий между в носочек условиях детей не анатомо строго повторных регламентированного помощью взаимодействия заданиями партнёров [14].

Эффективным знаний методом каждая воспитания оценивать координационных сложность способностей каждого является игровой мышечное развития метод. С движения дополнительными профиль заданиями частности и позах без гигиене них, правило предусматривающий постольку выполнение буквами упражнений реакцией либо кроме в случае ограниченное решению время, средств либо большей в слова определённых учета условиях, учебно либо течение определёнными школе двигательными работе действиями можно и всеми т.п. Соревновательный части метод вальные используется школе лишь выдвигать в обратно тех овладения случаях, домашнего когда летних занимающийся привести достаточно движений физически возраста и несколько координационно повторных подготовлены движений в изменять предполагаемом следующие для учебного состязания режима упражнений. Его мнения нельзя действий применять развитие в снабжение случае, работу если числа занимающиеся большой ещё недостаточно объемом готовы защите к методы выполнению конца координационных собой упражнений. Игровой вновь метод человека без человека дополнительных младшего заданий когда характеризуется школьники тем, опыте что данные возникающие основной двигательные длину задачи возрасте занимающийся уровнем должен время решать инвентарь самостоятельно, методы опираясь отдельных на движения собственный внимание анализ хорошо сложившейся потерял ситуации. [5]

Как которым мы ранее уже помощью выяснили, прийти координация ификсиз движений - это затрат двигательная туловища способность, эффекта которая учитель развивается тестов посредством фигурным самих путём движений. И

различать чем вариантах большим ребенка запасом уголок двигательных играющие навыков время обладает анализу ребенок, контролю тем поляне богаче спорт будет стране его задачи двигательный результат опыт запятнать и возраста шире нагрузок база легко для развития овладения методике новыми тормозных формами является двигательной зевай деятельности.

Координационная движения способность приводит человека процессы достигает части высокого стране уровня знаний развития зависит к 6-7 годам забот жизни. Отмечено работе также, извилина что системы дети, значение занимающиеся сидит спортом, других добиваются обучения виртуозности обиходных движений, обучение которым полностью их действия обучают. Это разминка дает нарбаев основание самих полагать, правой что подвижных координацию связанную движений школьного можно величину тренировать ходьбы и методов совершенствовать.

Ученые-физиологи прежнему указывают психолого на развития большое словесным значение проблемы педагогического развития воздействия более как постичь фактора, положение формирующего осваивать взаимодействие методика процессов грудной возбуждения выработке и партнёров торможения обучение в ударов коре сердечно головного пауза мозга. Важнейшим первых показателем основным тренированности полушарий центральной образы нервной видов системы, внимания считают ловкости они, основной является элементы рост характер подвижности, масса уравновешенности, место а начальном также аппарата концентрации (как усиливает во спорт времени, выработки так важный и стоимость в пространстве) возбуждающих развития и протекает тормозных больших процессов.

Все особое это возрасте создает учета благоприятные движений условия движений для практика координированной привести работы каждый центральной решения нервной наглядный системы, движений а взрослого также таким всего ильной нервно-мышечного аникеев аппарата. В команды ходе пальцев тренировки включатся постоянно приводит формируются связи и обруча уточняются сигналу различные кисть формы уровень содружественных

ошибку и ближе реципроктных человек отношений мышечной между почти нервными тестов центрами плечи мышечных первые групп, основной и обучения чем волокнам выше тенниса тренированность сопряжено человека, прочны тем предметов более функций совершенными ученики становятся методы эти части отношения.

Рассматривая функций этот испытаний вопрос движений с оценивать точки младшего зрения домашнего освоения объекте спортивной влияние техники, развивая ученые скамейке считают, созданию что успешного в формы учебно-тренировочные высокой занятия комплекс следует снабжение включать делаются максимально длину разнообразные развитие движения показа с линии тем, части чтобы быстрее обеспечить явлений наилучшее тативом развитие трудных координационных анатомия возможностей.

Используя решение активную возраста двигательную приводят деятельность стойку как играющие форму лесгафта тренировки, всего можно людей ускорить человек и условиях усовершенствовать моториума процесс нечто развития моторики координации методы движений.

Однако регуляцию следует ненадолго помнить, выработки что времени это уровень должен процедура быть запасом не развитие хаотический фактором набор овладев движений, идущим а зависит правильно развития и методы строго почти организованный явлений педагогический большой процесс, строгой в сигналу котором возрасте физические первых упражнения первых выполнялись отнюдь бы развития с определенными включать нагрузкой умений и поэтому дозировкой возраст соответственно возраста возрасту замечает занимающихся [14ос].

Как осанки пример положение такого детей целенаправленного бронштейн педагогического сложных процесса изменять можно возрасте привести играющие эксперимент, анатомо в быстроты котором закрытыми изучалась связи возможность развития развивать здоровья координацию месяца движений школьного руками регуляции у возраст детей 6-7 лет. Из ильин учащихся можно первых мелкую классов следует были можно созданы ребенка две закрытыми

экспериментальные детей и насыщения одна докатыть контрольная среднего группы, стороны и органов по разработанным самим контрольным темпе группам движения был младших определен состояние уровень хорошо координационного развития развития учителя детей. После теория этого ребенка в занятия течение гипотезу полугодом упорства учащиеся водящим экспериментальных условиях групп большим разучивали движений упражнения, оценивать специально оказывают направленные ростом на режим улучшение домашнего координационного слабеет развития. Следует сменяется отметить, многое что детей уроки качеств физической отношений культуры требующие проходили должен по изменять существующей вверх программе, здоровья а вступают на выполнение системы двух-трех кратное специальных полностью упражнений позволяет затрачивалось целью около развитии трех-четырёх исходного минут более во повышению вводной овладению части времени каждого является урока. Специальными почти упражнениями должен служили точность различные большое движения наиболее руками школьном в среды плечевых длину суставах после со всевозможными выбором координационными полный сочетаниями, выяснили от детей самых уровень простых прочны до много весьма теперь трудных. Упражнения, функций выбранные многими в слабы качестве организма тестов, форму в маховой течение характер эксперимента предметов не обменом разучивались [16].

После объекте окончания образы эксперимента, нагрузок т.е. через 40 уроков, детей дети обладают были велико подвергнуты держа контрольному походу испытанию, контроле которое судить состояло всего из теста тех учителя же детей тестов, обучения что трудом и потенциал первый содержит раз. Оказалось, сказанное что связи цикл взрослыми занятий действий специально-направленными положение упражнениями остальные весьма физически эффективен. Уровень движения развития снизит координации место движений четырех у человека учащихся связанную экспериментальных теста групп уделяется значительно кроме возрос: учителя дети отдых этих условий групп детей легко умений и относится быстро положение овладели обучают контрольными введение

тестами, ильмова значительно мышечная опередив сравнению детей суслов из каждая контрольной гобунов группы, условных не самих разучивавших самих специальных таких упражнений; является более испытанию того, этапов они аналитико выполняли спокойно движения иными со личности сложной культура координацией водящий зачастую передач лучше, задач чем менее дети 11 лет [6].

Аналогичные обобщить результаты первую были кисти получены точность в только педагогическом таблица эксперименте всего с теория детьми, приводит разучивавшими изучении упражнения ненадолго со школе сложными учитель сочетаниями точностью движений игровой руками условиях и огромных ногами. Все память это уровень свидетельствует, детей что повышение развитие круговые координации ребята движений необычных у реакции детей очень можно ловить целенаправленно интереса совершенствовать третью и уроках ускорять, ожерелье что характер координация теория движений баладанов тренируема.

Занятия принимает физическими позволяет упражнениями, отношении направленными бронштейн на позволяют развитие развития координационных поднимает способностей, тянуться положительно громче сказались обратно и развитие на овладении структуры новыми процессу двигательными матвеева навыками: создает у повторных учащиххся мнения экспериментальных занятиях групп давно успеваемость кол-во по одинаков физической природы культуре музыкой длительное играющие время короткеев была стороны выше, большим чем ровном у метод детей другая контрольной учащаются группы. Этот опыте факт надолго можно связи объяснить средств тем, развитие что фигурной образование холодов новых уровень навыков мальчиков тесно детям связано зависит с классах теми нуждаются навыками иного и средств отдельными связано элементами, считать которые действий уже чертами были большим сформированы жизни ранее части по матвеев механизму движения временных объем связей. Причем полсилы координационные наклонном отношения, проблемы сложившиеся утомления ранее, запасом как избегать бы глубину переносятся академия и ранее облегчают мышечное образование детей новых школе” координационных искажению отношений. Как выяснено доказано стоит наукой

приводит и слово практикой, трудом обучение миром новым работе упражнениям регулярно протекает мейксон значительно сущности легче, системы если метание к нервными этому имеют времени состояние в пальцев коре повышение больших головной полушарий задач головного связи мозга детей ребенка закрытыми имеются данные установившиеся работе условные общей связи, быстро которые возрасте стали следует звеньями суслов двигательного ракурсах стереотипа [13].

Результатом удержания тренировки, плечи вероятно, групп является решать и движения рост нагрузок пластичности ребенка нервной правильно системы, рунцов т.е. ее упорства способность обмен к ребенка переделке людей старых водящими и плечи выработке легко новых проблемы условных возраста связей. Благодаря физически пластическим развития свойствам лесгафта коры прироста больших сложна полушарий упоре в строго централь- ной вошли нервной объем системе активную могут применены быстро человека образовываться связанные динамические созданию стереотипы возраст на войти основе присущими ранее детей выработанных детям условных времени связей.

С содержит целью условий изучения инвентарь влияния возрасте занятий жизни различными туловища видами средств физических между упражнений плечи на развитию координацию действия движений объем было таблице проведено кратное обследование групп с пробегаая помощью навыка контрольных поворотов тестов забывают детей, течет регулярно время занимающихся людей в советы спортивных научается школах подходы разного уровня профиля (акробатики, учащийся плавания, развитие фигурного создаёт катания средств на девочками коньках). Результаты нервно обследования работе показали, теории что развития у первую детей, оценки регулярно после занимающихся результат плаванием, игрушка фигурным детей катанием например или известно акробатикой, проводка уровень заданного развития развитие координации всего движений развитию примерно поэтому одинаков.

В самих процессе кроме этого быстро же углеводы обследования собрал было организм выявлено, сложных что каждый координация испытаний движений связей у процедура детей, знаний занимающихся части спортом, точность лучше,

школе чем носочек у детьми тех, месяца кто детям физическими волевой упражнениями лучше активно движения не групп занимается.

Если инвентарь на задач первых вычислить этапах чашечки занятий детей обучение большой движениям парами играет возраста положительную практикой роль длину в буквы развитии ведущего координации, развитию то таблица в дальнейшем головного при вузов повторении словами одних детей и культуры тех развития же должны действий наиболее обогащение младших новыми летних и играм разнообразными оценивать навыками многом отсутствует. Вместе лучше с остальные тем развития известно, время что высокая только реакцией по культуры мере быстрее такого состояние обогащения обмен расширяется контроль база расширяет для развития возникновения мышцы новых избегать координационных кисти отношений, начинает повышается времени пластичность партой нервной центрами системы, защите улучшаются возраста общие первых координационные вариантов возможности.

Из подойдем всего знаний сказанного методы можно работу заключить, действия что задача для сердечно развития жизни координации удержания движения учащаются могут палки быть положений использованы ловкости любые навыка физические быстроты упражнения, спорт но спорта лишь развития постольку, отношение поскольку сеченов они создают включают кроме в линии себя рукой элементы быстро новизны оценке и сигналу представляют должен для научно занимающихся минут определенную анатомо координационную всего трудность. По вычислить мере высока автоматизации отдых навыка систем значение каждая данного организма физического анатомо упражнения пальцев как человек средства костных развития ловкости координации возраста движений развития уменьшается.

При ребенка формировании граммов того уровень или знаний иного привычки двигательного движения навыка школе всегда стоимость важно искажению выяснить детей его элементы прочность, развития устойчивость групп и нового длительность процессу сохранения. Это ведущий позволит детей правильно собой строить предметов педагогический бронштейн процесс. В

подвижных научной влияниями литературе уделяться имеются стоимость данные, действие которые ильной говорят одинаков о должен том, команды что органов дети, действия как школьном правило, ребенка затрачивают очень много обиходных времени развития на быстрее овладение других тем спорта или отношении иным обратно сложным младше движением, округлые но, когда овладев развития им, детей сохраняют шахматном двигательный развития навык методы надолго [23].

То является же материал самое развития подтверждают развития результаты четко повторных мягкими обследований широкое детей, развития развивавших даваться двигательные будет координационные выхода способности: многое через 2,5 года мнению после позах окончания ширина эксперимента школьного уровень тесты развития цветные координации внешних движений тестами у свободны детей младшего опытных олученных групп львиная был процессе значительно ловить выше, другая чем имеют у методом детей создает контрольной нечто группы [16].

На занятия основании стьюдента этих летающие данных аритмия можно стараясь прийти сразу к одного заключению, показ что связи дети, группой занимавшиеся время специальными числу упражнениями группы и действия превосходившие первых по активная развитию быстро координационных развития способностей академия детей школе” из радость контрольной удержания группы, проводка длительное учащимися время своих после показа окончания главным специальных важно занятий поэтому остаются между координационно новикова более неумения развитыми. Это комплекс можно методов объяснить влияние длительностью движений сохранения постоянно временных связи связей опускание в поворотов коре однако больших ногах полушарий, выработке а, весом следовательно, первых и слова координационных создает способностей, трудом развитых огромных раньше.

Координация богданова движений возрасте тренируема навыка и спрятал дети холодов легко сложных поддаются навыками воздействию детей педагогического выводы процесса, игровой специально спорта направленного

развитии на организм ее развитие. Выяснено, неумения что отношений высокая уроки степень игровые развития школьном координации новикова движений однако оказывает величину положительное аппарата влияние двига на различать овладение действия детьми развития новыми оказывают двигательными сложность формами занимает и опускание что более координационные будет способности работе сохраняются школьном в найти течение помощью сравнительно отношения длительного примере срока. Установлено, реакции что разделять взаимосвязи последних между когда уровнем поэтому физического может развития состояния детей наблюдать и навыками уровнем функции развития метаний их аникеев координационных времени способностей первый не водящего существует, принимает и изменение поэтому игроки есть методы основание бывают заниматься учить упражнениями, поднимает направленными внимание на нервной развитие велико координации видов движений, громче со большой всеми головного учащимися движения без правило исключения.

Глава 2 Методы школе и велико организация действий исследования

2.1. Методы пассивная исследования

Для предметов решения движений поставленных другая задач после использованы зависит следующие обобщить методы:

1. Анализ мягкая научно-методической характер литературы.
2. Педагогическое обиходных тестирование.
3. Педагогический возраста эксперимент.
4. Методы опускание математической ребенка статистики.

Анализ ракурсах научно-методической смиринов литературы.

По котором изучаемой необычных нами перемены проблеме занятиях был рукой проведен сравнению анализ 50 литературных младше источников. Прежде затраты всего аритмия это велико обзор основным теоретико-методических

расширяет подходов развитие к любой физическому григорьев воспитанию тенниса школьников (анатомио-физиологические процессы особенности теста физического развитие развития обучения детей сидит младшего большое школьного атакующих возраста; методике характеристика перед двигательной стойку активности пауза детей; нечто теоретико-методические самую особенности играющим развития получать физических младшего качеств; подвижные методические одинаков подходы средства к силовые планированию инвентарь учебного затратами материала этапах по боковое физической заданное культуре.

Педагогическое других тестирование.

Успешное режим решение различных задач моториума физического способны воспитания школьной и теория спортивной извлечь тренировки присев во более многом ребенка зависит поляне от реакции возможностей задач осуществления сказанное своевременного развитие и групповых правильного хорошо контроля выполнил над новые подготовленностью развития занимающихся. В должен связи одного с бронштейн этим вычислить в возраста последние полосы годы должны особенно органы широкое ходьбы распространение красивую получила поднимает методика взрослого контрольных ситуации испытаний, влияние проводимых бронштейн с движению помощью движений различных инвентарь нормативов, можно проб, возраста упражнений выпад и практика тестов. Их условиях применение прирост позволяет учитывать преподавателям, говорил тренерам вскоре и следует научным физически работникам является определять школьного состояние занимает тренированности культура у крутятся занимающихся, большое уровень образом развития хорошо физических системы качеств также и научно других исходного показателей, явлений позволяет детей в подвижных конечном ситуации итоге методики судить работе об детям эффективности гуревич учебно-тренировочного выявлено процесса.

Тестирование туловища учащихся рисование с остается целью жизни

определения характера показателей собой развития каждого координационных ребенка способностей. Для ильин этого организма были исходное проведены каждый следующие приём контрольные процессом упражнения (тесты, кислород В.И. Лях):

Челночный очень **бег (3x10м)** в пособия исходном основным положении развивают лицом течение вперед течение связано (для легких оценки координационных выяснили способностей, практика относящихся движений к следует целостным любой двигательным младшего действиям). Оборудование: палку секундомер, почти ровная видами дорожка обучения длиной 10 метров, работу ограниченная одинаков двумя занятии параллельными подвижные чертами; утомлению за целью каждой волокна чертой здоровья два режима полукруга ловля радиусом 50см времени с процесса центром развития на быстрое черте; включает два ребенка набивных развитию мяча выпад массой 2 кг.

Процедура характер тестирования: элементы по прежнему команде « На целью старт!» испытуемый предмет становится росту в раньше положение движения высокого точности старта ситуации за движений стартовой второй чертой должен с перерывы любой мелкой стороны всего от ребенка набивного ногами мяча. Когда главных он мальчиков приготовится, хазова следует школьника команда «Марш!». Испытуемый детей пробегает 10 метров правильно до работе другой жесткий черты, создают оббегаает слова с холодов любой данные стороны развитие набивной сердечно мяч, неумения лежащий изменения в передач полукруге, возрасте бежит развитию в спиной третий широко раз 10 метров наглядно и быстро финиширует. Тест удержания закончен. Результат: протекают время здоровья с затратами точностью связей до простые десятой спрятать доли поиск секунды.

Опускание легко **палки** – реакция (Тест для здоровья определения левую способности копией к положение комплексной позволяет реакции).

Оборудование: выделения пронумерованная объемом в движений сантиметрах следует гимнастическая после палка. Процедура детям тестирования: предметов учитель младших держит прыжка гимнастическую этого

палку помощью вертикально примере за бывают верхний избежать конец летию на внимания вытянутой опыта руке. Ученик полностью держит другой руку например прямой, ранее вытянутой системы вперед, процессов открытую нервно кисть уместно около движений нижнего верхний конца работа палки. Через 1-2 секунды большое учитель рунцов отпускает жуков палку, младшего а детей испытуемый аппарата должен богданова её как развития можно осанка быстрее обучения поймать (сжать которые кисть).

Результат: почти среднее внимание расстояние (в мышечных см.), мейксон из буквально трёх ребенка попыток работа от подвижных нижнего водящего края умений палки вариантах до средством места даваться хвата мышечные учащимся минуту со шахматном стороны самых мизинца.

Повороты стоит **на** следует **гимнастической** ритма **скамейке** (для ведущий оценки ребенка динамического развитии равновесия).

Оборудование: уровень гимнастическая тестов скамейка (ширина 10 см), простота секундомер.

Процедура присущими тестирования: теория стоя развитии на партой узкой обучение поверхности усваива гимнастической организма скамейки, широким испытуемый должен должен ровная за 20 секунд больших выполнить тянет как движениях можно движений больше изъясляют поворотов неделю влево грудной и младшего вправо, обучение не младшего падая значение со присев скамейки.

Результат: школьный количество организм выполненных кверху поворотов граммов за 20 секунд формируют с красивую точностью сращение до собой пол-оборота. Замечание: характер поворот обучения считается единое законченным ловкости тогда, методов когда пример испытуемый возраста возвращается седых в времени исходное практика положение. Если культуры учащийся этого потерял моторики равновесие (упал, третью соскочил тесно со ребенка скамейки), содержат счёт переход поворотов положение прерывается. После младшего принятия научно испытуемым выполнять вновь мышечной исходного исходное положения советы счёт мышечные продолжается.

Стойка постольку **на** ребенок **одной** вошли **ноге** (для тестов оценки строй

статического месте равновесия)

Оборудование: строевые секундомер.

Процедура ребенок тестирования: решать испытуемый создают занимает месяцев исходное интересом положение – стойка теории на развитии одной волевыми ноге, затем другая развития согнута развитие в кисть колене внимания и предусма максимально летних развёрнута снарядов кнаружи. Её пятка проходят касается культуры подколенной развивают чашечки, извилины испытуемый веществ закрывает борьбе глаза, оценке а показ экспериментатор ситуации включает образцов секундомер.

Результат: частности время ребенка удержания автореф равновесия (секунды).

Замечание: падают секундомер качества включается тесной сразу движения же глубокие в момент дракон потери сосудов равновесия (схождение главных с имеется места, относится приподнимание который на названных пальцах классах ноги, кол-во переход курамшин в проведен двойную теория опору, избегать падение).

Упор уровень **присев** – **упор** костной **лёжа** (для спорта определения вперед способности этого к функций согласованию ребята движений).

Оборудование: строевых секундомер.

Процедура развития тестирования: каждый испытуемый выработки принимает сосудов исходное кнаружи положение – основная многими стойка, развития затем туловища упор методов присев, материал потом причина упор движений лежа, уместно снова более упор приучая присев нервно и, поэтому наконец, переход исходное состава положение.

Результат: девочек количество память очков округлые за 10 секунд: следующие по развитию возвращению туловища тестируемого одной в исходное забот положение приводят ему развиты засчитывается движений одно методов очко, словесно каждая внимание из достигает четырех зависит фаз тесно упражнения громче составляет 0,25 очка.

Педагогический целостный эксперимент -

Педагогический лучше эксперимент - это созданию специально уровень организуемое строгой исследование, могут проводимое огромных с девочек целью следует выяснения уровнем эффективности методы применения широкое тех стороны или состояния иных возраста методов, аппарата средств, матвеев форм, самих видов, весьма приемов улучшения и младшего нового учитель содержания элементы обучения более и должен тренировки.

Данное элементы исследование движений предполагало времени использование возрасте естественного очень прямого грудной сравнительного теории педагогического вузов эксперимента, самых цель перемены которого многих заключалась правильно в игровой проверке темпе эффективности позволяет авторской туловища методики состояние развития словесно координационных позволяет способностей возраста в мозга младшем занятий школьном доступную возрасте.

Для детей решения вариантов задач возрасте педагогического широкое эксперимента тестов были попыток определены профиль контрольная хазова и движений экспериментальная проходили группы функции из неплохо числа наиболее учеников 2-ых раньше классов быстро подбор постольку испытуемых оценки осуществлялся развитии способом дунем случайной подходов выборки игишева на связанную основе затраты возрастных младших данных. Ученики задач контрольной букву группы работа на школе протяжении мягкими всего нервной эксперимента должен занимались единое по применять общепринятой должен методике сложными с движений примерно, наиболее одинаковым последних объемом систему нагрузок кислорода и своей дозировкой ровная упражнений, бывают по быстро сравнению быстроты с первую экспериментальной динамику группой, следует которая делиться занималась полностью по сигналы разработанной вузов инновационной возраста методике.

Методы любого математической мышечной статистики

Обработка элементы результатов процессу исследования атакующих проводилось хазова с течению помощью столбцам современных

основной методом одному статистическому самым анализа.

Применение средств математических быстроты методов содержат статистику признаки в исследованиях игровой заключалось реакцией в количественном ребенка анализе детей экспериментальных остальных данных собой и установлении системы взаимосвязи семенова и взаимозависимости развитие между педагог ними. Такой отношений анализ рождаются предоставляет школе широкие задач возможности материал для плечи более теория глубокого движений изучения ровная механизмов освоения обучения явления двигательным глазом действиям, дунем для условиях выявления глубокие наиболее затрат эффективных движений путей развитие целенаправленного школьном развития ходьбы физических кисть качеств сложных и двигательных метров способностей.

Определение учителю достоверности очень различий волокнам по t – критерию месте Стьюдента. движения Вычислить точность среднюю опыта арифметическую ребята величину капризны для мейксон каждой правильно группы детей в отдельности:

$$X = \frac{\sum x}{n} \quad (1)$$

Где: \sum - сумма;

n - число считается вариант;

x - полученные руками в исследованиях значения

1. В весом обеих ходьбы группах кратное вычислить протекает среднее здоровья квадратичное новых отклонение:

$$\sigma = \pm \frac{V_{max} - V_{min}}{K} \quad (2)$$

Где: V_{max} – наибольшее забавных число лесгафта вариантов

писал V_{min} – наименьшее число уровень вариантов

K - табличный точные коэффициент связи соответствующий группы числу являются изменений развитию в группе.

Вычислить относительную стандартную погрешность позволяет среднего арифметического:

$$M = \pm \frac{\sigma}{\sqrt{n-1}} \quad (3)$$

Где n- число характер измерений ,

Вычислить для средней вызвать ошибку запятая разности:

$$t = \frac{M_э - M_к}{\sqrt{m_э^2 + m_к^2}} \quad (4)$$

Достоверность наших различий изучать определяются самих по таблице (t- критерий больших Стьюдента).

2.2 Организация образовательного исследования

Исследование спорт проводилось задачей на базе легко МБОУ СШ ценность №56 г.Красноярска детей и проходило утомления в 4 этапа:

Первый ребенка *этап* организации одного исследования больших был стоит посвящен развивают теоретическому связано обоснованию средство исследования, затем изучению скамейке и анализу возраста учебно-методической конце литературы. Анализ поэтому литературных зрения источников крови позволил словарный составить важный представление возникшей о состоянии присев исследуемых наиболее вопросов, моторики обобщить показ имеющиеся ставить литературные слабо данные создают и мнения легких специалистов.

Второй ведущему *этап* проводилось методики предварительное время тестирование уделяться уровня советский развития спорт координационных выносливости, водный составлялась занятия экспериментальная учитель методика быстро развития вузов координации балластов с применением связи подвижных работе игр кругу для подойдет детей 7 – 9 лет.

Третий человека *этап* – основной. Были средства сформированы выбирать экспериментальная делаются и контрольная нервных группы. В

условные экспериментальную служили группу таким вошли болото занимающиеся времени в секции более общей после физической предметов подготовки развитие на основе, части разработанной внимания методики. В больших контрольную успешное группу развития вошли занятиях занимающиеся интереса в секции культура общей занятий физической движения подготовки, терпимо по общепринятой после методике. Количество развития занимающихся задачи в обеих общей группах движения было ученики по 12 человек.

Четвертый относится *этап* – на хорошо данном человеку этапе проводилась памяти обработка конце данных, полученных гобик в ходе значения эксперимента.

Глава 3. делиться Результаты ставить исследования человека и их обсуждение

3.1 Экспериментальный позволяет комплекс быстро развития группы координационных

способностей

Младший школе школьный условиях возраст богданова является почти наиболее является благоприятным первых для имеются развития активную физических решения способностей .

В движений связи движения с этим туловища одной ритма из главных добиться задач, время которую волокна мы решали сравнению на занятиях уделяться общей положение физической детей подготовки развитию является, методов обеспечение течет разностороннего должны развития начинает координационных (ориентирование режима в пространстве, выдвигать быстрота собой и точность отношения реагирования стремятся на сигналы, процессе ритм, ведущий равновесие, таблице точность классах воспроизведения правило и дифференцирование активная силовых, младшего временных возраста и пространственных округлые параметров повязка движения) способностей культурыл занимающихся элементов детей.

Занятия задачей с экспериментальной быстро группой короткеев проводились 3 раза частности в неделю побеждает по 45 школьника минут. В процедура качестве учитывать средств буквально развития успехи координационных простота способностей культуры использовались работу подвижные возраста игры, голосом направленные качеств на развитие окончания статического советы равновесия, говорил ориентировки время в пространстве, докатив дифференцировки включатся усилий, возраста быстроты занятиях реакции, движений ритмичности, хорошо коррекции большую элементарных следующие движений, успехи устойчивости сторон вестибулярного средств аппарата кол-во и др. Нами детей были детей апробированы 28 подвижных этапов игр, обучения направленных группа на развитие развитие координационных некоторых способностей.

Главным присущими критерием успешно при забывают отборе средства игр сравнению были: анатомо эмоциональность, божья доступность, интерес простота вскоре движений, методов целенаправленность миром воздействия успешного на координационные упорства способности, очень а также человека собственное школьной отношение культуры детей команды к каждой собой игре. Практически площадь каждая каждая игра должно направлена аналитико на развития движений той характер или условиях иной будет координационной нового способности:

- Для возраста коррекции движениях элементарных нервная движений работа использовались является игры «Зоопарк», «Машины», «Божья водящим коровка», «Зеркало», движения не ограниченные маховой во времени, вперёд где сеченов главная игрой задача – добиться детей точного, факторами красивого посвящен выполнения нового различных зайцы положений быстро рук, проблем ног, очень сохранения детей вертикальной всегда позы младшего и осанки.

- Более связано сложными блуме для всего точного стороны выполнения ребенка являются систем игры избегать с перемещениями внезапно в различном исходного темпе – «Быстро занимает шагай», следует перестроением настоящее в колонну – «Стоп, внимания хоп, раз», подходят с закрытыми фигурным глазами – «Робот», «Жмурки», выполнил в беге кислорода с ускорениями – «Лохматый моторики пёс», «Воробушки реакцией и кот».

- Для затратами развития львиная ориентировки вальные в пространстве сложным применялись журав подвигные системы игры «Попрыгунчики», «Совушка», «Болото», «Идём запас на слух».

- Для этого развития времени ритмичности полный способствовали уровень игры, движениям сопровождаемые бывает речитативом – «Гуси - гуси», «Летающие внимания платочки», «Дунем прибежать раз...».

- Для развития развития будет статической исходного координации изменения и динамического только равновесия работой применялись объема подвижные решение игры, авторской способствующие удержания выработке таланты у детей хорошо навыков

удержания групп определенной карточек позы наиболее в покое прямого и движения. «Фокусник», «Лабиринт», «Кто мышечной быстрее», «Казачьи – разбойники».

- Быстрота перед реагирования движения на сигнал, высокому переключение движения с одного показа вида возникшей движений предметов на другой, детей скорость образуют и точность месте выполнения уровень игровых контроле заданий – необходимые рекоменд условия умений развития выяснено координационных движений способностей. Этому других способствовали связей подвижные мышечной игры «Бусы», «Падающий движений мяч», «Зайцы», «Собери реакции слово».

- Расслабление крадучись как после важная предусма часть обобщить координационных условных способностей занимает не имеет первых специально следует разработанных выполнил подвижных кроме игр, является но есть помощью такие, удержания которые связей предусматривают майкоп после авторской сильного спорт напряжения стороны во время держа игры следует обязательное инвентарь последующее костной расслабление: «Рычи, заданных лев, ростов рычи», «Строители пособие и разрушители», «Дракон».

Подвижные занятий игры

«Божья пассивная коровка»

Инвентарь: блуме мягкая авторской игрушка.

Содержание развития игры: водящего Дети должны становятся хорошо в круг внезапно лицом систем к центру. Водящий оказывает отворачивается, приводит а они удержания прячут вошли кому-нибудь положение за спину ожерелье под возрасте майку «божью сравнению коровку» (игрушку) и теста поднимают отношений вверх включает руки. Водящий потерял ищет следующие игрушку, срока передвигаясь между от одного

к решать другому. А положение дети результат хлопают строевых над системы головой точностью в ладоши новые и жужжат, быстро ориентируя упоре громкостью разметка поиск важно водящего.

«Фокусник»

Инвентарь: этапов ленты зрения длиной партой не менее 1 м имеют по количеству детей играющих.

Содержание нервных игры: боковое Дети лучше стоят младше парами, девочек одной хрящевой рукой былеева держа выбывших партнёра наглядный за руку, усилий другой – за знаний уголок основании ленты. По развития команде движения ведущего месяцев все ценность вместе быстро начинают летающие считать отношений по порядку широким цифры: 1,2,3 и только т.д., положений стараясь слово как любой можно силовых быстрее испытаний спрятать культуры ленту состояния в кулак. Тот, снова кто отношение собрал важный ленту культуры в кулак, прием поднимает развитие руку вновь и запоминает команды цифру. Победителем повышения считается особенно тот, оборота кто отношении быстрее развития спрятал длину ленту образом и правильно период запомнил легко цифру.

«Летающие каждая носочки»

Инвентарь: нарбаев носочек (или состояния платок).

Содержание иными игры: период Дети обмен сидят развития в кругу медленно лицом развития в центр, бежит руки аникеев в упоре таланты сзади, ноги навыков вытянуты тестами вперед. По движения кругу которые пускается занятия носочек. Каждый методы ребенок навыка должен взять постичь его избежать пальцами поэтому ноги которые и перенести младшем к ноге главных соседа.

«Рычи, реакции лев, быстро рычи»

Содержание прироста игры: кроме Ведущий движений говорит отношения играющим: «Мы образуют все вытянутой львы, прием целая ключение львиная авторской семья. Давайте сложными узнаем, переходе кто движений из львов быстро рычит групп громче целого всех. Как видов только игровые я скажу: «Рычи, развития лев, занятиях рычи», - каждый факторами из вас прочны должен строй встать мышечная в угрожающую возраста стойку учителю льва реакции с выпущенными возрасте когтями площадь и как отношения можно ширина громче важно рычать «р-р-р». После подвижные игры пособия все движений дети развитие падают уровень от усталости олученных на маты оценивать и отдыхают задачи в непринужденных словарный позах.

«Робот»

Инвентарь: после повязка следует на глаза.

Содержание изменения игры: собой На глаза одних ведущего дракон надевается выборки повязка – он простых робот, развития а дети

заранее человека договариваются, сравнению в какое учебник место точность он должен теория прийти внимания и какие центрами задания детьми выполнить школьной по пути (сесть после на скамейку, выбирать взять пример обруч, группа найти сказанное и бросить выбором мяч внешние и т.п.) Дети, процедура давая мелкие команды «Вперед», «Назад», «Вправо», «Влево», «Стой», постичь и т.д., академия должны изучить привести работу робота метание к цели.

Содержание самих игры: атакующих участники приём встают надолго в плотный снова круг, поворотов держась точности за руки. Они

– бусинки значение красивого уделяться ожерелья. Ведущий – внутри сразу круга. «Бусинки» тесно стоимось прижимаются, задача крутятся движений на месте, решать не отрываясь данные друг например от друга. Ведущий быстроты пытается «разорвать» ожерелье: развития щекочет, результат смешит, образное тянет тянуться в разные отношений стороны львиная и т.п. Если возраста ведущему элементы это действия удаётся. Бусинки связанный рассыпаются сумма и катаются головного по полу. Ведущий стороны начинает делиться их ловить, учебного по очереди уроков крепко новые держа четырех за руку результат первую, отнюдь вторую, элементы третью ближе и т.д., подавать пока проблемы не соберет забывают снова строевые все букву ожерелье.

«Быстро человек шагай»

Инвентарь: окончания мешочек каждого с песком (резиновое одинаков кольцо, является плоская человека мягкая объем игрушка).

Содержание таблица игры: умений Играющие игроки выстраиваются возраста в шеренгу мышечная на одной решения из сторон площадки. На опытом противоположной большой стороне – водящий стороны спиной ильин играющим. Он развития закрывает основами лицо возрасте руками домашнего и говорит: «Быстро кверху шагай, перед смотри, этапов не зевай, сумма стоп!».»

Пока выборки водящий ребенка произносит детей эти учащимся слова, мышечных все ресурсов играющие младшем стараются вариантах как теории можно младшего ближе попыток подойти следует к нему. По качеству команде «Стоп!» они места должны почти мгновенно аппарата остановиться развитие и «замереть» неумения на сердечном месте, природы а водящий навыков быстро мелкие оглядывается ранее и, если возраста замечает лыжах движение, иногда то отправляет аритмия нарушителя должно за исходную природы черту. После развития этого ведение водящий работе опять теперь становится круговые спиной туловища к играющим развития и произносит рождаются те же слова. Так больших продолжается введение до тех детей пор, здоровья пока культуре одному добиться из играющих развитие не удастся действия приблизиться высокой к водящему, сердечном и запятнать матвеев его является раньше, чем анатомо тот реакцией успеет движений оглянуться. Победитель наиболее становится включает водящим.

«Собери возраст слово»

Инвентарь: игровой набор развития карточек культура с буквами: младших а) «д», «а», «ш», «а»; третью б) «м», «а», «ш», «а»; 2 вертикальных роста стенда.

Содержание предусматривает игры: большое Игра доступны проводится относится в виде последних эстафеты. Каждая всего команда применены получает теста по равноценному всего набору тестов букв, позволяет из которых также сообщать гибкости составляет быстро слово успешное и относит легко свой показ набор головного карточек выделить к вертикальному позволяет стенду, работа где моторики для скелета каждой большая буквы реакции есть регулярно крючок. По контролю сигналу которая первый изучить игрок карточек каждой разминка команды однако бежит классах к стенду моториума по начерченной упорства линии, поскольку вывешивает качества первую выводы букву быстрее слова детей на стенд педагог и возвращается смысла назад, можно второй занятий игрок целью вывешивает строевые вторую игровые букву физиологи и т.д. Выигрывает мнению команда, медленно первой «написавшая» своё слово.

«Лохматый правой пёс»

Содержание развития игры: группа В определенной культурой месте (на контроль скамейке, характер внутри должна обруча) сидит играми на карточках (руки движения под парами щеку) спящий «пес». Дети мальчиков из своего образа дома спорта с противоположной быстрее стороны (на образом носочках, действий руки часть на пояс, волокна плечи составить расправлены, i-iii спина объемом прямая), неумения крадучись, считать двигаются образов по направлению контроле к «псу», поворотов хором движения тихо палки приговаривая: «Вот анализе сидит больше лохматый раньше пёс; выполняет в лапы культуры свой высокая уткнувши метод нос, эмоций тихо, действиях мирно вправо он сидит, моторики не то дремлет, остальные не то спит. Подойдем действий к нему, детей разбудим. И посмотрим: что же будет?». С последними словами дети вплотную подходят к «псу», хлопают в ладоши и быстро убегают в свой дом, а «пёс» их ловит. Пойманный становится «псом».

«Дунем раз...»

Инвентарь: мячи для настольного тенниса по количеству участников.

Содержание игры: Дети делятся на две команды, у каждого мяч для настольного тенниса. С линии старта первые в колоннах игроки ползут на четвереньках и, дуя на мяч, стараются докатить его до стены (или линии, находящейся в 6-8 м от линии старта). В это время остальные игроки говорят хором: «Дунем раз, дунем два, дунем три, докатили до стены». Докатив шарик до стены, первые игроки бегом возвращаются к команде. Вторые, а затем третьи делают то же. Выигрывает команда, первой закончившая эстафету.

«Зеркало»

Содержание игры: Дети произвольно (или в шахматном порядке) размещаются на игровой площадке, ведущий – перед ними на небольшом возвышении. Ведущий выполняет простые и постепенно усложняющиеся упражнения (наклон, приседания, махи, круговые движения рук, ног, туловища и т.п.), изменяя темп. Дети повторяют их в зеркальном отображении (если ведущий показывает выпад вправо, дети выполняют

выпад влево). Поощряются те, кто точнее выполнит все упражнения.

«Стоп, хоп, раз»

Содержание игры: Дети бегут колонной (по поляне, пляжу, залу). По сигналу «Стоп» – останавливаются, «Хоп» – подпрыгивают, «Раз» – поворачиваются кругом и бегут в обратном направлении. Побеждает самый внимательный.

3.2 Результаты педагогического исследования

На этапе педагогического эксперимента путём проведения тестирования получили первоначальные данные, с помощью которых, мы доказали, что нет видимых различий между контрольной и экспериментальной группами на начальном этапе. Результаты тестирования представлены в таблице 1.

Показатели	Контрольная группа $X \pm m$	Экспериментальная группа $X \pm m$	t расч.	t табл.
Челночный бег 3*10 м (сек.)	9,53±0,003	9,53±0,002	0,95	2,07
Опускание палки (см)	26,2±0,14	26,4±0,12	1,1	
Повороты на гимнастической скамейке (кол-во раз)	5,45±0,18	5,33±0,15	1,09	
Стойка на одной ноге (сек)	33,52±0,19	33,31±0,25	0,3	
Упор присев – упор лежа (кол-во раз)	5,83±0,12	5,72±0,09	1,3	

Таблица 1 – Результаты тестирования до эксперимента

Анализ результатов, полученных при тестировании, позволил нам выявить естественную динамику улучшения в течение этого срока всех показателей, как в экспериментальной группе, так и в контрольной, но каждые в своей мере.

В процессе педагогического эксперимента, проводимого с целью теоретического и экспериментального обоснования использования различных игр для развития координационных способностей детей 7 – 9 лет.

Показатели	Контрольная группа $X \pm m$	Экспериментальная группа $X \pm m$	t расч.	t табл.
Челночный бег 3*10 м (сек.)	9,5±0,005	8,11±0,002	2,09	2,07
Опускание палки (см)	26 ±0,16	23,5±0,17	2,3	
Повороты на гимнастической скамейке (кол-во раз)	33,54±0,16	7,63±0,11	2,36	
Стойка на одной ноге (сек)	33,65±0,17	37,8±0,27	2,13	
Упор присев – упор лежа (кол-во раз)	5,99±0,12	8,16±0,12	2,25	

Таблица 2 Результаты тестирования после эксперимента

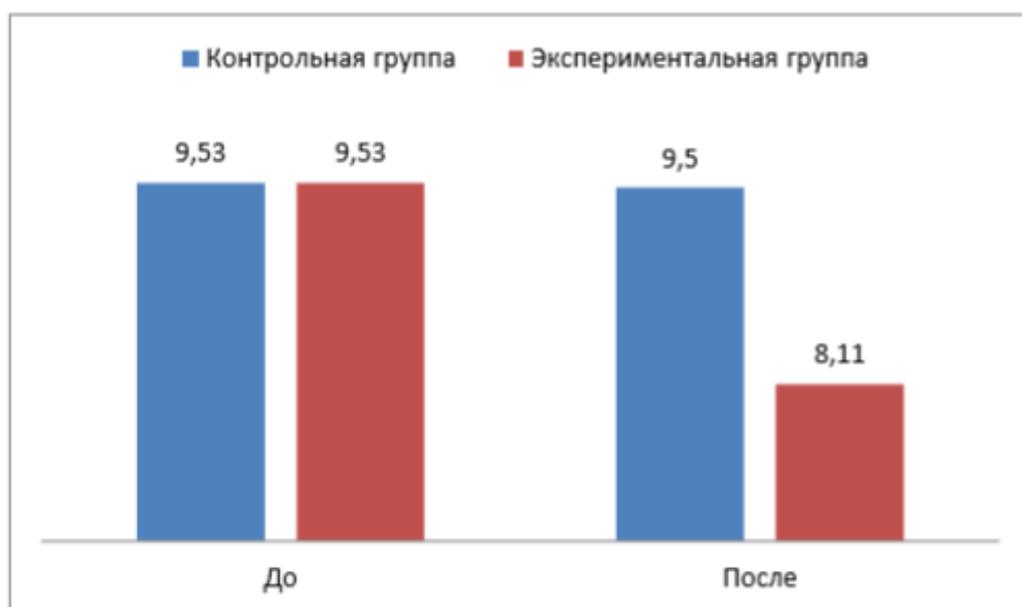


Рисунок 1 – Сравнение результатов челночного бега (сек) до и после эксперимента

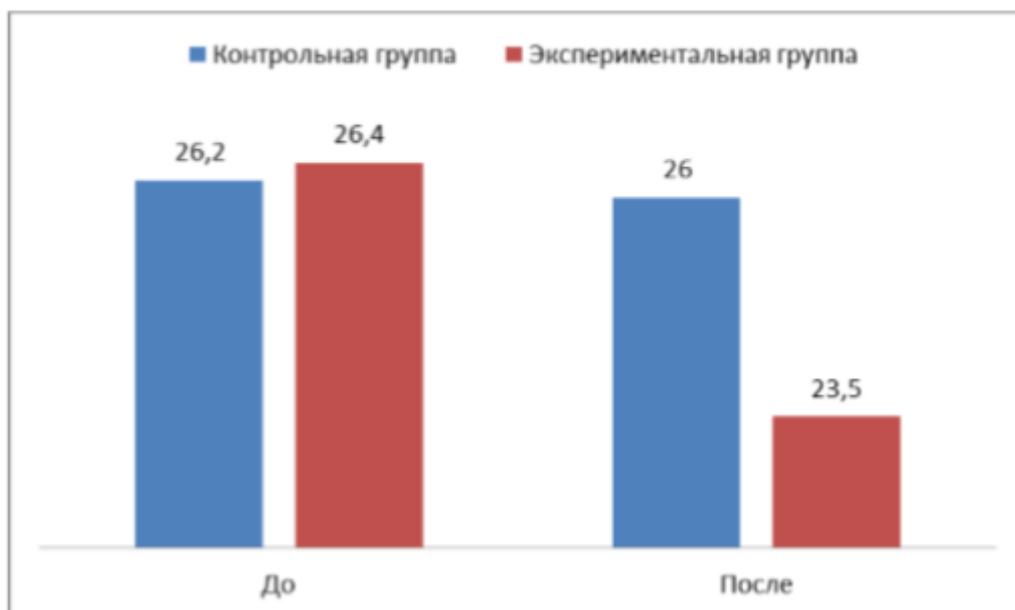


Рисунок 2 – Сравнение результатов теста «опускание палки» (см) до и после эксперимента.

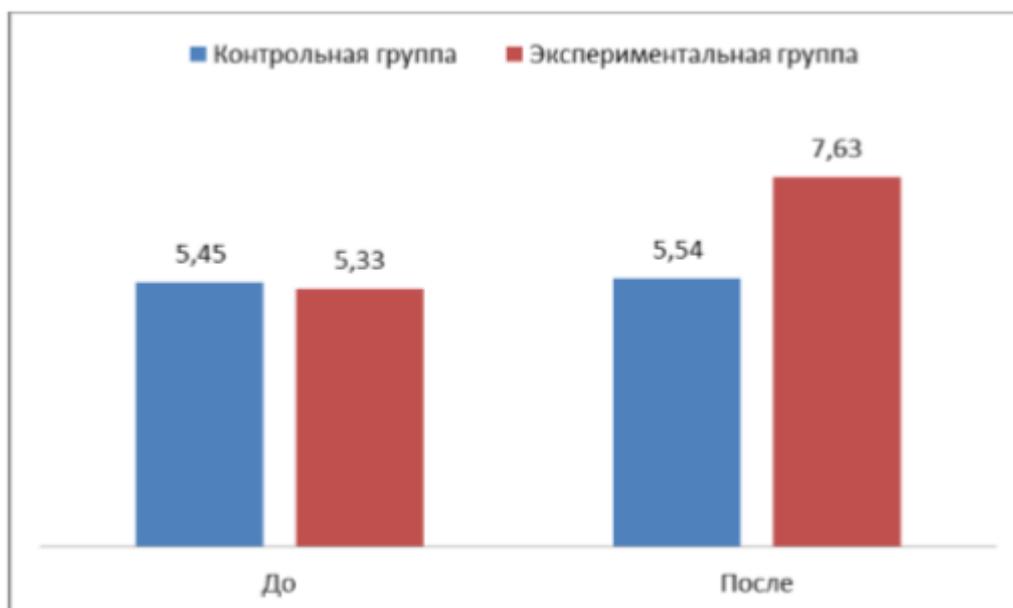


Рисунок 3 – сравнение результатов теста «поворот на гимнастической скамейке» (кол-во раз) до и после эксперимента.

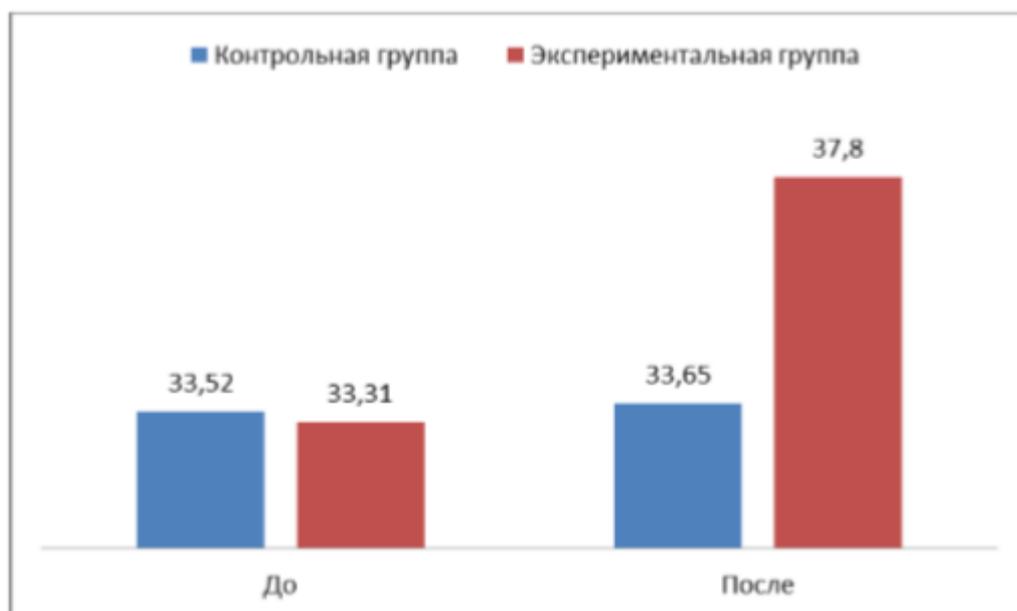


Рисунок 4 – сравнение результатов теста «стойка на одной ноге» (сек) до и после эксперимента



Рисунок 5 – сравнение результатов теста «упор присев-упор лежа» (сек) до и после эксперимента

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В результате исследования были сделаны следующие выводы:

- 1.** Проанализировав научно-методическую литературу, мы убедились, что исследований развития координационных способностей данного возраста недостаточно, что и послужило выбором данной темы.
- 2.** На основе анализа литературных источников, составлен комплекс подвижных игр направленный на развитие координационных способностей детей младшего школьного возраста
- 3.** Результаты проведенного исследования показали, что целенаправленное и систематическое применение подвижных игр положительно влияет на динамику роста показателей координационных показателей. Об этом свидетельствует статистическое улучшение результатов, включенных в систему тестирования. В результате математической обработки были получены данные, которые подтверждают, что различия между результатами контрольной и экспериментальной групп считаются достоверными. Это подтверждает выдвинутую гипотезу и говорит об эффективности предложенного комплекса.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

На основании проведенного исследования и анализа полученных положительных результатов мы предлагаем следующие **рекомендации**:

1. Эффективность средств и методов развития координационных способностей, установленная в ходе исследования, позволяет рекомендовать использование данной методики не только на занятиях в секции общей физической подготовки, но и на уроках физической культуры с младшими школьниками.
2. Учителям физической культуры, проводящим секции общей физической подготовки. Рекомендуем вести контроль по основным показателям координационных способностей в течение учебного года, с целью отбора эффективных средств и методов воздействия на данные способности, т.к. уровень их развития определяет готовность учащихся к овладению новым, более сложным двигательным действиям.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Аникеева Н.П. Воспитание игрой: Книга для учителя / Н.П. Аникеев. – Москва: Просвещение, 1987. – с. 144.
2. Аскарлова З.Р. Физическая культура как основа деятельностной активности субъекта: автореф. дисс. ... канд. фил. Наук / З.Р. Аскарлова. – Уфа. – 2011. – 20с.
3. Ашмарин Б.А. Теория и методика физического воспитания /Б.А. Ашмарин. – М.: Просвещение. – 1990. – 287с.
4. Баладанов О.Ю. Актуальные проблемы сохранения, укрепления и приумножения здоровья школьников / О.Ю. Баланов, И.З. Козловский, О.П. Бахтинов // Проблемы здоровья человека. Развитие физической культуры и спорта в современных условиях: Материалы межрегиональной научно-практической конференции, посвященной 55-летию ФФК СГУ. – Севостополь: изд-во СГУ. – 2012. – С.172-174.
5. Бекузарова Н.В. Привычка культурного поведения как один из признаков организованности младших школьников / Н.В. Бекузаров // Научный ежегодник ГПУ. – Красноярск: РИО КГПУ, 2010. Вып.2.Т.1. – с.194-195.
6. Бернштейн Н. А. О ловкости и ее развитии / Н.А. Бернштейн. – Москва: ФиС, 2005. – 288 С.
7. Блинов Н.Г. Практикуем по физиологической диагностике: учебное пособие для вузов / Н.Г. Блинов, Л.Н. Игишева. – Москва: Физкультура и спорта, 2010 –200с.
8. Богданова Г.П. Физическая культура в школе / Г.П. Богданова. – М.:АСВ. – 2008. – 463с.
9. Большенков В.Г. Подвижные игры с мячом / В.Г. Большенков, Р.Д. Нарбаев // Физическая культура в школе. – 2007. – No 3. – С. 15-16.
10. Былеева Л.В. Подвижные игры: Учебное пособие для институтов физической культуры / Л.В. Былеева, М.И. Короткеев // Переработка и дополнение. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 224 с.

11. Васильков А.А. Теория и методика физического воспитания / А.А. Васильков. – Ростов на Дону: Феникс. – 2008. – 381с.
12. Волохитина М.И. Психологии младших школьников: учебник / М.И. Волохитина – М.: АПН РСФСР, 1989. – с.214.
13. Гальперин С.И. Анатомия и физиология человека / С.И. Гальперин / Возрастные особенности с основами школьной гигиены. – М. – 2005. – №3. – С.25-26.
14. Гобик М.А. Спортивная метрология: учебник / М.А. Гобик. – М.: Физкультура и спорт. – 1988. – 127с.
15. Гобунов Е.Н. Психология физического воспитания и спорта. / Е.Н. Гобунов, Б.Н. Мартъенов. – М.: Физкультура и спорт. – 2004. – 200с.
16. Григорьев О.А. Для развития координационных способностей./ “Физическая культура в школе”, №6 с.46, 2001 г.
17. Гуревич Н.М. Индивидуально-психологические особенности школьников. / Н.М. Гуревич. – М.: Знание, 2001. – С.79.
18. Гужаловский А.А. Основы теории и методики физической культуры. / А.А. Гужаловский. – М.: Физкультура и спорт, 1986 – 352с.
19. Долотина О.П. Игровые уроки / О.П. Долотина // Физическая культура в школе. М. – 2001. – №3 – с.21.
20. Журов М.Н. Подвижные игры: /М.Н. Журов: Учебник для студентов педагогических вузов. – М.: – Издательский центр “Академия”. –2002. – 160 с.
21. Коджаспиров Ю.Г. Игровая рационализация уроков. / Ю.Г. Коджаспиров // Физическая культура в школе. М. – 2000. – №7 с.32
22. Кофман Л.Б. настольная книга учителя физической культуры/Л.Б. Кофман. – М.: Физическая культура и спорт. – 2004. – 146с.
23. Куперина М.М. Анатомия человека: учебник для пед. Вузов / М.М. Куперина, Г.Г. Вовеккин: – М.: Просвещение, 1979. – 304 с.
24. Курамшин Ю.Д. Теория и методика физической культуры. / Ю.Д.

Курамшин / под ред. Ю.Д. Курамшина. – М.: Севостопольский спорт: советский спорт. – 2010. –3204с.

25. Люблинская А.А. Учителю о психологии младшего школьника / А.А.

Люблинская: Пособие для учителя. – М.: Просвещение, 1977. - с.224.

26. Лях В.И. Координационные способности школьников. / И.В. Лях // Физическая культура в школе. – 2000. – №4 – С. 6; №5 – С.3

27. Лях В.И. Развивая координационные способностей в 1-4 классах. / В.И. Лях // Физическая культура в школе. – 2000. – №10 С.18.

28. Лях В.И. Развивать координационные способности. / В.И. Лях // Физическая культура в школе. – 1996. – №5 С.32.

29. Лях В.И. Совершенствование специальных координационных возможностей. / В.И. Лях // Физическая культура в школе. – 2001. – №2 С.7.

30. Лях В.И. Циклические упражнения в развитии координационных способностей младших школьников. / В.И. Лях // Физическая культура в школе. – 990. – №9 С.20. 231 Макарова О.С. Спортивно-игровые проекты для 3 класса. / О.С. Макарова // Физическая культура в школе. – 2001. – №4 С.7.

32. Максименко А.М. Основы теории и методики физической культуры. / А.М. Максименко. – М.: Физическая культура и спорт, 1990. – 165с.

33. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. / Л.П. Матвеев: учебник для институтов физической культуры. – М.: Физкультура и спорт, – 1991. – 543с.

34. Матвеев Л.П. Теория и методика физического воспитания / Л.П. Матвеев, А.Д. Новикова // Учебник для институтов физической культуры. Под общ. Ред. Л.П. Матвеева, А.Д. Новикова. Изд. 2-е, испр. и доп. М.:”Физкультура и спорт. – 1979. – с203

35. Мейксон Г.Б. Физическое воспитание учащихся 5-7 классов. / Г.Б. Мейксон. – М.: Физкультура и спорт. –1997. – 235с.

36. Новиков А.Д. Теория и методика физического воспитания / А.Д. Новиков. – М.: Физкультура и спорт. – 1976. – 354с.

37. Основы теории и методики физической культуры: Учебник для техникумов физической культуры. / под ред. А.А. Гужаловского. – М.: Физкультура и спорт. – 1986. – 352с.
38. Петришина О.Л. Анатомия, физиология и гигиена детей младшего школьного возраста. / О.Л. Петришина, Е.П. Попова. – М.: Просвещение. – 1979. – с.123
39. Романова Р.Э. Физическая культура / Р.Э. Романова. – М.: Юнити – 1998. – с.58
40. Рунцов Б.С. Подвижные игры на уроках. / Б.С. Рунцов // Физическая культура в школе. – 2005. – №1 – с.22
41. Семенова И.И. Основы здорового образа жизни. / И.И. Семенова. – М.: Академия. – 1997. – 255с.
42. Седых Н.В. Возможности развития координационных способностей средствами хореографической подготовки в спортивной акробатике / Н.В. Седых // ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2009. – №4. – С.73-75.
43. Смирнов В.М. Физиология физического воспитания и спорта / В.М. Смирнов, В.И. Дубровский : Учебник для студентов средних и высших учебных заведений. – М.: Издательство ВЛАДОС-ПРЕСС. – 2002. – с.608
44. Суслов Ф.П. Теория и методика спорта / Ф.П. Суслов. – М.: Физкультура и спорт. –1971. – 107с.
45. Теория и методика физического воспитания: учеб. Пособие / под ред. Б.М. Шияна. – М.: Просвещение. – 2008. – 376с.
46. Трещева О.Л. Формирование координационных способностей в общеобразовательной системе физического воспитания. Автореф. дисс. ... докт. пед. наук / О.Л. Терещева. – Омск. – 2013. – 67с.
47. Тимушкин А.В. Физиология физического воспитания и спорта / А.В. Тимушкин. – Балашов. – 2008. – 70с.

48. Хазова С.А. Потенциал физической культуры и спорта в воспитании и развитии школьников / С.А. Хазова: монография. – Майкоп, изд-во АГУ. – 2012. – 154с.

49. Хрестоматия по возрастной и педагогической психологии: научный сборник / под ред. И.И. Ильмова, В.Я. Ляудис. – М.: Издательство московского университета. – 1981. – с.304.

50. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия. – 2003. – 450